Publicação Semanal

TV mais

Nº 1637
• De 29 de maio a 4 de junho de 2024
PORTUGAL



ESTA REVISTA VALE 1 BILHETE PARA O TEATRO
Produção YELLOW STAR COMPANY
Conheça as condições no interior

Previsão dos SIGNOS para o mês de JUNHO



por MARIA HELENA

EXCLUSIVO
Descobrimos O NEGÓCIO SECRETO de Cristina Ferreira

EXCLUSIVO
"A SENTENÇA" de João Patrício
Aprendizagem e SUCESSO
"Confesso, estou admirado"

EXCLUSIVO
Eles são o primeiro CASAL GAY de "Casados à Primeira Vista"

mar
VEJA AS FOTOS
Joana dá à luz Júlia

BERNARDO SOUSA E BRUNA GOMES
celebram 2 meses de casados e fazem planos para o futuro

"Ela será A MELHOR MÃE DO MEU FILHO"

A SENTENÇA

JOÃO PATRÍCIO fala pela primeira vez do programa em que se estreou como apresentador

COMO ELE DÁ "A SENTENÇA"



No dia em que ganhou a Daniel Oliveira, o também realizador abordou a experiência no "tribunal" da TVI e mostra-se satisfeito

TEXTO: **RUI PEDRO PEREIRA** FOTOS: **ARQUIVO E REDES SOCIAIS**

Pela primeira vez, **João Patrício** aceitou fazer um balanço do mês inaugural do programa "A Sentença", que a TVI exibe todos os dias a seguir ao almoço. E logo numa semana em que o formato apresentado pelo também realizador ganhou nas audiências a "Alta Definição", de Daniel Oliveira, na SIC, sábado, 25 de maio: o programa do 4º canal reuniu 437 mil telespectadores, enquanto que o da estação de Paço de Arcos ficou pelos 356 mil, um dos piores resultados de sempre do título do diretor-geral da Impresa. João Patrício tem, diariamente, a companhia do "juiz" Hélder Fráguas. O apresentador conduz o formato com casos jurídicos que são discutidos na presença de uma plateia. **"Esta experiência enquanto apresentador tem sido muito interessante, sobretudo porque tem sido uma aprendizagem constante"**, começa por dizer João Patrício à **TvMais**, à margem da apresentação da nova grelha da CNN Portugal, em Lisboa. **"Eu próprio, nesse campo, confesso que estou um pouco admirado, não esperava esta aprendizagem a cada programa"**, acrescenta o realizador e, também, braço direito de Cristina Ferreira no entretenimento da TVI. **"É muito interessante perceber que, através dos nossos jurados, que são representativos da sociedade que temos, há opiniões distintas. Quando termina cada programa, os cidadãos presentes naquele simulacro jurídico saem de lá a discutir o caso que acabámos de ouvir."** Para o apresentador, é, sobretudo, o telespectador que fica a ganhar: **"Acho que tem sido muito interessante perceber que esse fenómeno também passa um bocadinho para casa das pessoas. Acreditamos que o sucesso também tem muito a ver com pormos as famílias a assistir ao formato e, nos seus lares, acharem que quem tem razão é A ou B. Pensamos que temos conseguido fazer essa proposta a quem está lá em casa".** Uma palavra final para os bons resultados conseguidos por Cláudio Ramos na apresentação de "Big Brother". **"Já conheço o Cláudio há quase 30 anos, desde o seu início. Não me surpreende nada o que tem feito, é um percurso muito justo. Ele é um extraordinário profissional e, para nós, é um motivo de grande orgulho assistir a este crescimento que é legítimo e, sobretudo, muito justo."**

Os seus amores privados

Muito reservado no que diz respeito à sua vida privada, João Patrício tem na família o seu porto de abrigo. **Vanda Gião**, a mulher, e os quatro filhos – **Nuno, Violeta, Vitória** e **Vasco** – são os grandes amores do apresentador e realizador





MIA ROSE CASOU-SE

Noiva pela segunda vez

A cantora subiu novamente ao altar, agora com o engenheiro civil **António Morais,** de quem ficou noiva em janeiro. A cerimónia aconteceu no sábado, dia 25 de maio. Recorde-se que a influenciadora digital já é mãe de Mateus, de 6 anos, fruto do casamento, já terminado, com Miguel Cristovinho, músico dos D.A.M.A.



TIAGO TEOTÓNIO PEREIRA E RITA PATROCÍNIO

As novas princesas da família

O ator e a mulher foram papás pela segunda vez. Júlia, que veio ao mundo a 23 de maio, junta-se à mana mais velha, Camila. Já o futebolista e a mulher estão radiantes com o nascimento de Olívia, a primeira filha.



GONÇALO PACIÊNCIA E PRISCILLA TOLLINI

FOTOS: REDES SOCIAIS





FRANCISCA CERQUEIRA GOMES E PIERRE GASLY
Amor em Cannes

Pelo segundo ano consecutivo, a filha da apresentadora Maria Cerqueira Gomes esteve na passadeira vermelha do Festival de Cinema de Cannes ao lado do namorado, piloto francês.



JOÃO MOTA NA BÊNÇÃO DAS FITAS
"A construir o sonho"

O ator algarvio está prestes a concluir o curso de Psicologia na Universidade Autónoma de Lisboa e não podia estar mais orgulhoso. **"Durante estes três anos, quis tanto que chegasse este momento. Agora é tempo de continuar a construir o sonho."**





FUTEBOL CLUBE DO PORTO
Triunfo "azul e branco"

Os "dragões" venceram o Sporting (atual campeão nacional) por 2-1 na final da Taça de Portugal e fizeram a festa no Jamor, naquela que, especula-se, pode ter sido a despedida de Sérgio Conceição do comando técnico do FC Porto.

TAYLOR SWIFT
encantou e ficou encantada por Portugal

"DEIXO CÁ O MEU CORAÇÃO"


Sofia Ribeiro e uma amiga, à saída de casa, antes do concerto


Daniel Oliveira e Andreia Rodrigues não quiseram perder o grandioso espectáculo de Taylor Swift


Sandra Felgueiras e a filha, Sara, a cantarem juntas

Vários famosos vibraram, durante mais de três horas, com a artista nos concertos da "The Eras Tour" e partilharam alguns momentos nas suas redes sociais

TEXTO: **LEVI FILIPE MARQUES** FOTOS: **REDES SOCIAIS**

Nos dois concertos que **Taylor Swift** deu no Estádio da Luz, em Lisboa, estiveram mais de 130 mil admiradores da artista. A maioria era composta por jovens adolescentes vestidas à "Swiftie" (assim são conhecidas as fãs da cantora), que vibraram ao longo de mais de três horas de um espectáculo composto por 45 músicas, vários cenários e 15 trocas de figurino. Quem também não quis perder os concertos inseridos na digressão "The Eras Tour" foram muitas figuras públicas portuguesas. Algumas foram vestidas e maquilhadas a rigor, levavam as célebres "pulseiras da amizade", compostas por missangas, e, claro, entoaram bem alto as suas canções preferidas. A meio do segundo concerto, após interpretar ao piano o tema "Champagne Problems", Taylor Swift recebeu uma ovação


Sónia Jesus e a filha mais velha, Maiara


Diana Chaves e a filha, Pilar, estavam vestidas a rigor



A apresentadora Vanessa Oliveira parecia uma autêntica "Swiftie"


"NUNCA VOU ESQUECER ESTE MOMENTO AQUI EM LISBOA"
TAYLOR SWIFT


Ana Garcia Martins optou por um modelo com lantejoulas


Rui Unas e a mulher, Hanna


A influenciadora digital Madalena Abecasis com a filha mais velha, Francisca

de alguns minutos, o que a fez tirar os auriculares e olhar, feliz, para a plateia. Emocionada, a artista agradeceu os aplausos e fez uma revelação. **"Nunca na minha vida vou esquecer este momento aqui em Lisboa"**, referiu Talor Swift, que garantiu ainda: **"Não repito o erro, voltaremos aqui"**. Pelo meio da atuação, a cantora disse algumas palavras em português, como **"olá"**, **"bem-vindos à *Eras Tour*"** e **"muito obrigada"**. No domingo, 26 de maio, a artista fez uma publicação nas redes sociais em que se confessou rendida ao nosso país e ao público que com ela vibrou. **"É oficial. Deixei o meu coração em Lisboa. Foi a minha primeira vez em Portugal. Senti-me como se estivesse em casa. A sério: não esquecerei a maneira como nos trataram, o amor e a paixão esmagadores, e as mãos no ar, a dança e como todos gritaram cada letra das músicas. Muito obrigada."** ■

BERNARDO SOUSA e

Uniram-se pelo Registo Civil em março e o próximo passo é uma grande celebração com convidados de Portugal e de várias zonas do Brasil. O desejo é que tal aconteça rapidamente e antes da influenciadora digital e empresária engravidar. É que o sonho de serem pais não lhes sai do pensamento

TEXTO: **NUNO PIRES**
FOTOS: **JOSÉ OLIVEIRA E REDES SOCIAIS**



O casalinho tem estado dedicado aos projetos profissionais. O piloto esteve no lançamento do terceiro produto de beleza da mulher, num evento que decorreu no Pestana Palace, em Lisboa

BRUNA GOMES celebram dois meses de casados

"ELA SERÁ A MELHOR MÃE DO MEU FILHO"

Muito apaixonados! **Bernardo Sousa** e **Bruna Gomes** estão a celebrar dois meses de casamento (que no Brasil têm o nome de bodas de sorvete), e fazem planos para breve: querem realizar uma grande festa com muitos amigos e familiares de ambos e "encomendarem" o primeiro filhote. **"Queremos ser pais. Lá está, quando acontecer, aconteceu, mas a gente quer. Vejo pela relação que tenho com o meu pai e com a minha mãe – e por alguns amigos meus em relação à diferença de idades entre pais e filhos – e acho que as pessoas mais novas têm mais entrega, mais tempo disponível. Porque depois, também para dares uma boa vida, tens de trabalhar mais. Então está aqui todo um equilíbrio que é importante, mas não há qualquer coisa a prender, quando acontecer, acontece"**, revela o piloto de rali à nossa publicação. E se hoje sonha com o dia em que será pai, conta que nem sempre foi assim: **"Quando era mais novo achava que não ia ter filhos, que não queria. Não era uma coisa em que pensava. Mas isso mudou desde que nasceram os meus sobrinhos** [têm 10, 6 e 4 anos]**. Aí 'bateu a ficha' e senti uma coisa diferente. Mas lá está... Há pessoas que querem só ser pais, só querem ter um filho. E depois há aqueles que sentem que tem de ser com 'aquela pessoa'. E comigo não é só ser pai. Sinto que o importante é sermos pais e mãe ao lado da pessoa certa, que seja o melhor pai ou a melhor mãe. E eu sei que a Bruna será a melhor mãe do meu filho"**. Bernardo Sousa faz ainda um excelente balanço dos últimos meses ao lado da (agora) mulher, mas confidencia que ainda não tiveram uma pausa para a tão desejada lua-de-mel: **"Tem sido sempre a correr. Tivemos um tempinho e fomos a Londres passar uns dias. Entretanto, já voltei com os testes de todo-o-terreno e tive provas. A Bruna foi para o Norte fazer uns trabalhos, portanto, andamos sempre num limbo. Quando pensamos** *'vamos ter uma semana de livre',* **aparece mais trabalho. Estamos superfelizes, preenchidos e orgulhosos um do outro. O casamento corre lindamente"**. O excesso de trabalho nesta fase da vida não tem sido um problema, uma vez que ambos são apaixonados pelo que fazem. **"Acho que se estivermos ocupados mentalmente, e sentires orgulho de ti próprio, não tens tempo para descontar no outro ou para arranjar 'guerras' em casa. Portanto, nós, felizmente, temos o melhor dos dois mundos. Temos famílias incríveis, temos trabalhos com fartura e que nos deixam orgulhosos. Isso acrescenta à relação e nós estamos superbem"**, assegura o madeirense.

"QUANDO ERA MAIS NOVO NÃO QUERIA TER FILHOS. COMECEI A PENSAR NISSO DESDE QUE NASCERAM OS MEUS SOBRINHOS"



A GRANDE FESTA DE CASAMENTO ANTES DA CHEGADA DO BEBÉ

O casal uniu laços em março pelo Registo Civil, numa cerimónia íntima na Madeira *(ver pág. seguinte)*, mas pretende realizar uma celebração maior. **"Queremos fazer, mas há um problema grande com os con-** →





"A BRUNA É UMA MULHER INCRÍVEL. O CASAMENTO CORRE LINDAMENTE"

← **vidados todos que desejamos. Da primeira vez foi praticamente só com a família próxima. Temos alguma família dela do Brasil, temos alguma minha na Madeira... Portanto, é preciso arranjar aqui um encontro"**, brinca o piloto de rali. E explica a urgência! **"Queremos 'despachar' isso o mais cedo possível para ficar resolvido. Até porque, quando a Bruna engravidar são mais nove meses. Portanto, vamos despachar já o casamento para depois termos tempo para nos dedicarmos à criança** *(risos)*.**"** Orgulho é a palavra que melhor define o sentimento do madeirense em relação à amada,



Casamento-relâmpago

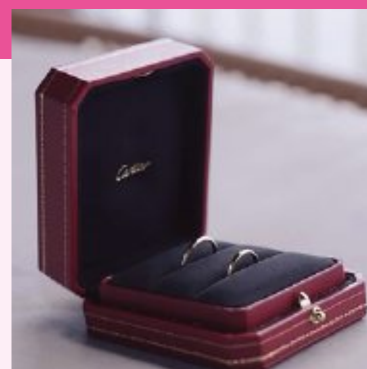
Foi a 26 de março que disseram "sim" numa cerimónia civil que teve como cenário o requintado hotel Savoy Palace, no Funchal, na ilha da Madeira. Os noivos adotaram os apelidos um do outro: "Gomes Sousa". A celebração contou com dezenas de convidados, ainda assim, fizeram parte apenas os familiares e amigos mais íntimos do casal. "Nem nos meus sonhos mais lindos achava que isto ia acontecer porque organizámos tudo em cima da hora", disse a noiva aos seus fiéis seguidores. O copo-d'água contou com iguarias de Portugal e Brasil à mesa, não faltando a tradicional picanha e banana da Madeira.



que acaba de lançar-se num novo desafio profissional. **"Às vezes ela até sonha pouco. Digo-lhe: *'Dá para mais, tu consegues e podes ir mais'*. Mas quanto maiores são os teus objetivos e as tuas metas, maiores são os teus monstros. Portanto, quando começas a subir muito alto, os teus medos também são maiores. Acho que é aí que ela tem um pouco de medo. E aí eu sou o 'maluco' que está ao lado dela e diz: *'Nada de medo! Bora'*. Uma relação tem de ter equilíbrio. Claramente, a Bruna faz-me ser melhor e faz-me querer fazer as coisas melhor. Eu só preciso dar-lhe asas e incentivá-la a ir. Não é que ela não consiga, só quero que ela se liberte da responsabilidade e vá. Que seja um bocadinho fora da caixa... É muito bom ver que, com a idade que ela tem** [28 anos], **já conseguiu isto tudo"**, diz Bernardo: **"Estou sempre orgulhoso. Um trabalho da Bruna é sempre muito bem feito e com muito empenho. Ela partilha sempre tudo comigo, não que precise da minha opinião, mas com uma visão externa ou outra forma de pensar, às vezes criam-se ideias ainda melhores. Mas ela consegue fazer o trabalho dela e ainda me ajuda no meu".**

UM NOVO PRODUTO

A influenciadora digital lançou o seu terceiro produto de beleza com a marca Andreia Professional: a base vegana Refresh Silk Foundation by Bru (Bruna usa o tom nº 3 dos dez disponíveis). **"Estou muito feliz com mais uma nova etapa e orgulhosa de representar uma marca portuguesa com tanta credibilidade. E ainda mais feliz por terem acreditado em mim. É muito importante para mim sentir esse acolhimento, assim como dos portugueses que me acolhem todos os dias. Então só tenho de agradecer. Acho que o produto *premium* de qualquer marca é uma base, e toda a pessoa que gosta de maquilhagem usa base. Esta é muito boa mesmo... A equipa conseguiu unir o melhor dos dois mundos: a qualidade e o custo-benefício. A base promete e entrega. Começámos a conversar no ano passado. Já estamos há mais de um ano com essa base em andamento. Tenho a certeza que as pessoas vão gostar"**, conclui à **TvMais** a empresária, ansiosa por mais desafios profissionais que possa conciliar com a nova vida de casada. ■



As alianças da Cartier custaram uma pequena fortuna



Sapatos, Miu Miu, € 970



Vestido, Mango, € 99

Blazer, Mango, € 199,99

EXCLUSIVO

FLÁVIO FURTADO em pausa

"É MUITO TÓXICO FAZER UM REALITY"

Sereno e afastado da atual edição de "Big Brother", revela à TvMais as razões de saúde que o forçaram a abrandar o ritmo. E critica ex-colegas e fãs do programa da TVI que ofendem os concorrentes

TEXTO: **NUNO PIRES** FOTOS: **JOSÉ OLIVEIRA E ARQUIVO**

Um certo afastamento faz-nos ver as coisas de uma perspetiva diferente. É o que tem sentido **Flávio Furtado.** Frontal e sem papas na língua, como lhe é característico, o ex-comentador de "Big Brohter" critica o que tem ouvido de muitos ex-colegas em relação a participantes do programa da TVI. **"Gostava de saber como é que certos comentadores pagariam as contas dos terrenos lá do sítio onde moram no final do mês se não fossem os concorrentes. Quando as pessoas não se identificam, há sempre outra coisa para fazer"**, afirma em exclusivo à **TvMais.** E acrescenta: **"Neste distanciamento que estou a viver, que estou há dois meses de férias dos *reality*, observo as coisas com outros olhos. Quando era comentador não ouvia a maior parte das coisas que os meus colegas diziam. Enquanto moderador do 'Desafio Final', já tinha de ter outros ouvidos, porque a minha função era moderar as conversas. Às vezes oiço coisas – e foi também isso que me fez ter esta necessidade de afastamento – que me entristecem. Não podem referir-se a concorrentes como 'aqueles seres', 'aquela gente'. Porque se falam com esse desdém, então o que é que os leva a estar ali? É um fator meramente financeiro? Acho que não vale tudo por dinheiro. Não aceito".**

O açoriano confessa que também chegou a usar termos menos bonitos e dos quais se arrepende. **"Também já referi coisas menos simpáticas sobre concorrentes. Lembro-me de no *reality* do** [Francisco] **Monteiro dizer: *'Aquela gente não merece o ar que respira'*. É uma expressão, foi algo que me saiu e é talvez das poucas coisas de que me arrependo ter dito em televisão. Mas *'aquela gente'*, como dizem, é só a matéria-prima que durante três ou quatro meses nos põe (ou ajuda a pôr) o pão na mesa"**, diz Flávio, recordando que também ele, há 11 anos, esteve fechado em "Big Brother VIP" (ficou em 2º lugar). **"Não tenho saudades nenhumas de fazer televisão, para já. Amanhã não sei. Está a saber-me imensamente bem esta pausa, até porque fazer *reality shows* hoje em dia é muito tóxico. Estão mais ou menos como as claques de futebol: era suposto as pessoas entreterem-se, mas estão a ficar muito tóxicas. Estou a generalizar, claro. Divirtam-se mais, vejam o programa e tirem dali só aquilo que vos pode ser útil. Há famílias, claques e apoiantes que se excedem, e não há necessidade disso. É suposto ser algo para nos divertir"**, refere, continuando: **"Nos últimos tempos de *reality*, só porque não dizia aquilo que as pessoas queriam ouvir, era logo: *'O teu pai é isto, a tua mãe é aquilo, vai para aqui, vai para ali'*. É muito tóxico... Então, está a saber-me bem esta pausa. Até porque, quando estamos lá, as pessoas ficam fartas de nós, quando não estamos, dizem que têm saudades".** E adianta ainda: **"Tendo em conta a atual conjuntura, chego a casa e quero ver alguma coisa que não me faça pensar muito e que me faça rir. E cada vez que ligo a TV vejo discussão, discussão, discussão... Há quem ache piada. Eu, particularmente, não acho. Mas está tudo certo: lidera, funciona, é manter como está".**



"Aproveito para deixar aqui uma mensagem: as estrelas são aqueles que estão dentro da 'casa'. E há uma série de pessoas cá fora que se esquece disso", diz Flávio

PROBLEMAS DE SAÚDE E UM SONHO DE VIDA

Flávio Furtado sentiu necessidade de abrandar o ritmo, e fê-lo também por questões de saúde. **"Nos últimos quatro anos, saía da empresa e ia a correr para a** [Universidade] **Lusófona, onde estive, durante os últimos três anos e qualquer coisa, até às 23.30 h. Depois saía a correr para a TVI. Às vezes já chegava atrasado, maquilhava-me e ia fazer o 'Extra' até às 2 horas da manhã. Saía da TVI, chegava a casa às 3 e tal, comia qualquer coisa, esperava para não ir para a cama de barriga cheia e, às vezes, ia dormir às 5 da manhã"**, detalha sobre o ritmo intenso. **"Além disso, as questões de saúde... Tive de ser operado à paratiroide e, depois, o problema da diverticulite, que descobri no ano passado – que a idade não perdoa – levou-me a ter de ser internado. Por tudo isto, havia a necessidade de abrandar. Ainda tenho de ser operado aos intestinos e, para tal, preciso fazer refeições regradas e dormir a horas. Não me lembrava, talvez nos últimos cinco ou seis anos, de ir para a cama antes da meia-noite. Agora tenho conseguido"**, explica-nos Flávio Furtado, recordando: **"As moderações deixavam-me muito feliz, mas já estava a chegar a um limite, e muito cansado. Foram comentários de 'Big Brother', foi a apresentação do 'Desafio Final', foi o 'TVI Extra'... Estava com pouco tempo para a minha família e, sobretudo, para mim".** Concluído o curso académico, com média de 15 valores, é, agora, altura de dedicar-se a algo que sempre desejou. **"Estou a terminar o maior sonho da minha vida, que é a construção de uma casa. Acabei a faculdade, quero dedicar-me à minha empresa, fazer a mudança da minha casa com toda a tranquilidade e organizar jantares lá e receber amigos"**, revela.

MONIZ E CLÁUDIO RAMOS SEM CULPAS

É público que Flávio Furtado e Cláudio Ramos, o atual apresentador de "BB", não têm qualquer relação, mas esse não foi um fator decisivo para o ex-comentador deixar, temporariamente, os *reality shows*. **"A nível profissional, era bom, aparecia muito na televisão, mas não estava com a minha família e amigos com a frequência que gosto. Ninguém me expulsou! O José Eduardo Moniz não me mandou embora, e não é porque eu goste ou não de alguém... Não temos de trabalhar só com pessoas de quem gostamos. Mas claro que, se assim for, é mais prazeroso."** ■

VEJA O VÍDEO DA ENTREVISTA COMPLETA EM HOLOFOTE.PT



CLÁUDIO RAMOS renova contrato com a TVI por mais três anos

ORDENADO AUMENTADO

O apresentador passa a ganhar 30 mil euros (brutos) por mês, valor a que se somam as telepromoções e ainda as galas de "Big Brother"

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO E RUI PEDRO PEREIRA** FOTO: **REDES SOCIAIS**

Pago a "peso de ouro". Com "Big Brother" a ganhar constantemente à concorrência e "Dois às 10" a fazer o seu caminho triunfal nas manhãs da TVI, **Cláudio Ramos** viu o seu ordenado ser aumentado (e o contrato renovado, por três anos) pela estação de Queluz. Segundo apurou a **TvMais**, o apresentador vai ganhar, por mês, 30 mil euros brutos, ao que soma o valor angariado, todos os domingos, pela condução da gala de "Big Brother" – fala-se em 2500 euros por direto a partir da Venda do Pinheiro –, bem como o que o comunicador "amealha" nas chamadas telepromoções que costuma fazer com regularidade e que são uma "galinha dos ovos de ouro" para qualquer apresentador de entretenimento.

RECONHECIDO POR TODOS

Este aumento salarial e a consequente renovação do contrato são um prémio pelo bom desempenho nos últimos anos na TVI, depois de Nuno Santos o ter ido buscar à SIC. As chefias do 4º canal, particularmente José Eduardo Moniz e Cristina Ferreira, reconhecem como fundamental o papel de Cláudio Ramos na (re)conquista das audiências nos últimos meses: ao lado da diretora de Ficção e Entretenimento nas manhãs e a solo, tanto nas galas do *reality show* aos domingos como nos programas diários de "Big Brother". O próprio apresentador sente-se confortável nesta dupla missão, uma vez que nunca escondeu que apresentar o formato que reúne desconhecidos sempre foi um sonho muito antigo, desde adolescente, assim como conduzir um programa de *day time* na TVI, ao lado de Cristina, depois da parceria com Maria Botelho Moniz. ■


DOS TEMPOS EM QUE ESTAVAM JUNTOS E MUITO FELIZES



DANIEL PANELO em risco de ficar solteiro

RELAÇÃO POR UM FIO

A "famosa" Marlene esteve na gala do dia 12 de maio e até cantou "Os Parabéns" ao namorado, mas os últimos acontecimentos fizeram-na querer afastar-se do programa e o namoro pode mesmo estar prestes a terminar

TEXTO: TIAGO HENRIQUES; FOTOS: DR E INSTAGRAM

Os rumores têm circulado nas redes sociais depois de **Marlene Matias** ter apagado, no Instagram, todas as suas publicações ao lado do namorado. E mais: a jovem deixou mesmo de seguir a página de **Daniel Pereira,** o barbeiro que todos tratam por Panelo. Segundo apurou a **TvMais**, junto de fonte ligada à esteticista, o romance está mesmo por um fio. **"A Marlene sente-se muito magoada com o que tem acontecido na 'casa'. Ela não está a lidar da melhor forma com tudo o que se tem passado"**, começam por nos contar. A verdade é que a jovem até marcou presença na gala de "Big Brother" de 12 de maio e cantou "Os Parabéns" ao namorado, mas nunca mais voltou aos estúdios da Venda do Pinheiro. Nem no dia em que foi exibida a "Curva da Vida" de Daniel. **"A Marlene quer afastar-se**



de tudo o que tem a ver com o programa para pensar na vida dela. Eles estão juntos há muitos anos, mas o que tem acontecido na 'casa' tem sido muito difícil de lidar. Ela não viu com bons olhos alguns comportamentos dele com a [Catarina] **Miranda e também com a Margarida** [Castro]**"**, acrescenta esta amiga. E a jovem já tomou uma atitude para que esse distanciamento seja cumprido. **"A Marlene telefonou para a produção a pedir que deixassem de fazer qualquer tipo de referência à sua pessoa. É uma forma de tentar levar a vida dela longe do programa. Ela só quer que isto passe, e quando o Panelo sair vão ter uma conversa séria"**, explica a nossa fonte. A **TvMais** tentou chegar à fala com Marlene Matias, mas esta manteve o telemóvel desligado até à hora de fecho desta edição. ■

"O PANELO NUNCA DESRESPEITOU A MARLENE"

Margarida Castro foi expulsa no domingo, 26 de maio. E, assim que deixou o *reality show,* percebeu que o seu nome estava envolvido numa polémica. **"Com o Panelo há uma grande amizade. Não senti interesse nenhum por ele. O Panelo nunca desrespeitou a Marlene ali dentro. Não há motivos para dar tanta ênfase a isso. Não há nada entre nós"**, diz a agora ex-concorrente de "Big Brother". A jovem também ficou surpreendida por o amigo Sérgio Duarte ter apelado à sua expulsão: **"Não percebo".** Já sobre Catarina Miranda, Margarida afirma, sem rodeios: **"Foi a maior desilusão do programa. Não nos falámos** [na gala] **e não faço questão de falar cá fora".**



IVO COUTINHO

Até as poses dos dois são muito semelhantes, como aqui lhe mostramos



DAVE LOUREIRO

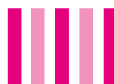
O NOVO CASAL DO

Os noivos têm muito em comum, no que diz respeito aos gostos e até à imagem, como se pode ver pelo Instagram de cada um deles, com algumas fotografias bastante parecidas



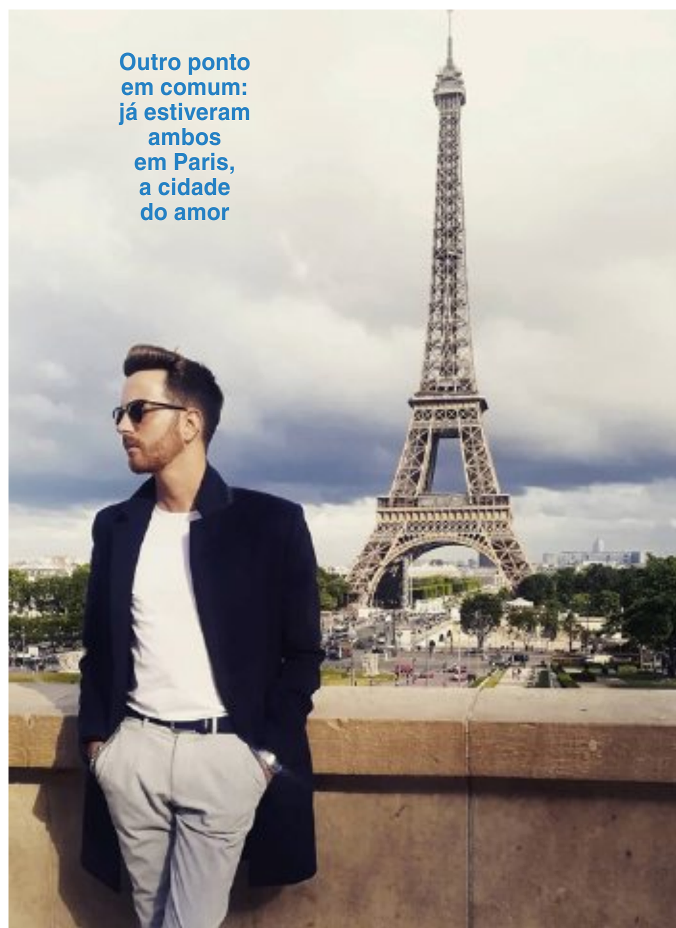












Outro ponto em comum: já estiveram ambos em Paris, a cidade do amor



ELES VÃO SURPREENDER

PROGRAMA DA SIC

Pela primeira vez, a experiência social da SIC vai ter um par *gay*. A boda já aconteceu e os recém-casados foram recebidos com muita alegria por todos os participantes

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO E TIAGO HENRIQUES** FOTOS: **REDES SOCIAIS**

Ao fim de quatro temporadas... o quebrar de mentalidades! Pelo menos é essa a intenção da SIC e da produtora Shine Iberia ao ter o primeiro enlace *gay* em "Casados à Primeira Vista". A cerimónia decorreu há cerca de duas semanas e a **TvMais** descobriu quem são os noivos: **Ivo Coutinho** tem 31 anos e vive em Lisboa; **Dave Loureiro,** de 42, também mora na zona da capital. Os dois tiveram química imediata no altar e, segundo uma fonte ligada à produção, não podiam estar mais apaixonados. **"Eles estão mesmo *in love*. Está tudo a correr às mil maravilhas"**, dizem-nos. Os recém-casados foram de lua-de-mel para Lagos, no Algarve, mas, entretanto, regressaram e estão a viver juntos. Os restantes participantes já os conheceram. **"Toda a gente os recebeu muito bem. Todos perceberam que isto é algo inédito e que vai abrir muitas mentalidades. É muito bom também para o programa"**, acrescenta uma outra fonte. ■



Amiga de ELISABETE PIMENTEL revela tudo sobre o pesadelo da concorrente

REVOLTA E INDIGNAÇÃO

A candidata de Leiria tem sofrido na pele os ataques nas redes sociais e está zangada com as imagens que a SIC tem passado sobre si. Do ainda marido nem quer ouvir falar e só espera pelo dia do divórcio

TEXTO: **TIAGO HENRIQUES** FOTO: **SIC/DIVULGAÇÃO**



Elisabete e Francisco já deixaram "Casados à Primeira Vista"

Desde que a SIC exibiu o casamento, há mais de uma semana, que **Elisabete Pimentel** não tem descanso. A concorrente de Porto de Mós está, asseguram várias fontes que bem a conhecem, a viver um terrível **"pesadelo". "Isto não tem sido nada fácil para a Elisabete. Ela está cansada que usem a imagem dela para ganhar audiências. A Elisabete acha mesmo que foi vítima de uma cilada"**, confidencia uma amiga em exclusivo à **TvMais.** É que, nas redes sociais, os seguidores do programa não têm sido brandos com a "noiva" nem tão-pouco com as suas amigas. **"As pessoas destilam ódio escondidas atrás de contas e perfis falsos. Quem conhece a Elisabete sabe a pessoa que ela é e sabe, acima de tudo, que será sempre ela própria e não aquilo que os outros querem que ela seja. Condenam-na por não aceitar uma pessoa que em nada se identifica com ela"**, desabafa uma outra amiga, que não tem dúvidas de que o problema não está na idade do noivo, como muita gente refere. **"Ele até poderia ter 70 anos e a Elisabete ter interesse nele. É tudo uma questão de personalidade. Se a juntaram com alguém que nada tem a ver com ela, como é que queriam que desse certo?"** Mesmo já tendo passado por muitos problemas na vida, e apesar de os amigos não terem dúvidas de que é uma mulher muito forte, Elisabete tem estado em baixo com tudo o que tem visto e lido nas redes sociais. **"Infelizmente, leva-se as pessoas a ficarem mal psicologicamente em prol de audiências. A Elisabete tem filhos, família, pais com uma certa idade... Ela não merecia este pesadelo. Nunca foi inconveniente nem mal-educada. Sempre assumiu uma postura correta"**, defende uma das nossas fontes, sublinhando: **"Ela só quer mesmo que o programa acabe e que se esqueçam dela".** No altar, mal conheceu **Francisco Salgado,** a administrativa teve consciência de que o casamento não ia dar certo. **"Desde o início que a Elisabete percebeu que não ia correr bem. Só que não podia fazer nada. Os contratos não são assim tão simples como se pensa. Ainda assim, tentou entregar-se à experiência, 'desligar' da pessoa e aproveitar ao máximo, até na lua-de-mel. Mas nem sempre foi fácil"**, assegura à nossa revista uma das suas amigas. **"Aquilo que Elisabete comentou connosco é que o Francisco nunca se deu efetivamente a conhecer. É um ser muito estranho"**, acrescenta.

"Até usaram imagens do filho da Elisabete a fazer comentários! É uma vergonha fazerem isso com uma criança", diz uma fonte próxima

À ESPERA DO DIVÓRCIO

A verdade é que, após a saída da experiência, Elisabete e Francisco nunca mais falaram. **"E nem ela quer. O que a Elisabete diz sempre é que dispensa pessoas intragáveis na vida dela. E daquele senhor só quer distância"**, sublinha uma das nossas fontes. Até ao momento, o casal ainda não assinou os papéis do divórcio, algo que desejam que aconteça num futuro muito próximo. Mas, segundo foi possível apurar, só após a exibição do adeus ao programa na antena da SIC tal vai acontecer. A **TvMais** tentou entrar em contacto com a concorrente, mas esta preferiu não tecer quaisquer comentários, referindo o contrato que assinou com a produtora de "Casados à Primeira Vista" e que a impede de ceder qualquer entrevista à imprensa. ■





Sónia concretizou um sonho ao casar-se na SIC, mas a experiência tornou-se um pesadelo

SÓNIA MARTINS e DANIEL FILIPE a caminho do divórcio

ELES TAMBÉM JÁ SAÍRAM

O casal resistiu à lua-de-mel e ainda viveu na mesma casa, mas com o avançar da experiência os problemas intensificaram-se

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO E TIAGO HENRIQUES** FOTOS: **SIC/DIVULGAÇÃO**

A caminhar a passos largos para a reta final das gravações, apesar de nos ecrãs da SIC ainda só agora vermos os primeiros momentos da vida em Lisboa, "Casados à Primeira Vista" prepara-se para perder mais um par. Depois de Elisabete Pimentel e Francisco Salgado, cuja saída do programa a **TvMais** lhe deu conta, em primeira mão, na edição anterior, há mais dois concorrentes fora da experiência social. São eles **Sónia Martins** e **Daniel Filipe**. Depois de terem entrado em conflito na lua-de-mel, o par foi viver junto. Ainda vão permanecer no programa durante algumas semanas, mas acabam por decidir desistir. **"Eles não se entenderam. São muito boas pessoas, mas como casal não funcionavam. Ainda tentaram, mas perceberam que as desavenças eram mais do que aquilo que tinham em comum"**, refere uma fonte ligada à produção do programa. **"Eles vão sair mesmo chateados um com o outro, porque ainda muito vai acontecer até ao momento em que desistem"**, acrescenta a nossa fonte.

A verdade é que na lua-de-mel, em São Tomé e Príncipe, o par entrou em conflito. Aliás, num dos últimos almoços tiveram uma discussão de tal ordem que Sónia levantou-se da mesa e esteve a chorar. Agora, várias semanas após estas gravações, a concorrente de Aveiro deixou uma mensagem no Instagram a esclarecer que tentou aproximar-se do marido, mas tal não foi possível. **"Para mim, o que é mesmo importante neste programa é o que se tenta fazer em *off*** [com as câmaras desligadas]. **Apesar de tudo, na noite antes da discussão, a noiva, na tentativa de criar mais intimidade – amizade pelo menos, porque isso é a base de tudo –, preparou uma noite diferente, com música"**, começou por escrever. E ainda acrescentou: **"Sobre esta surpresa com música o noivo diz que não lhe apetece dançar com a noiva... Como é que a noiva não há de ficar sempre de pé-atrás? Não se pode dizer que a noiva não tenta"**. ■

PRÉMIOS SOPHIA dão galardões de cinema

A elegância do PRETO

Com um vestido preto nunca me comprometo, mas com transparência e rendas as atrizes "aqueceram" com tanta sensualidade

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO**
FOTOS: **JOÃO LEMOS E FERNANDO COSTA**



VICTORIA GUERRA
As transparências mostram que a estrela da SIC está em grande forma



SANDRA CELAS
Usou uma criação de Fátima Lopes que evidenciou o lado mais sensual da atriz



LAURA DUTRA
A atriz foi a mais *sexy* da noite com este vestido do Gabriel Daros. **"O primeiro e único que experimentei. Fiquei apaixonada"**, disse



ANABELA MOREIRA
A criação de Miguel Vieira deixou a atriz radiosa



INÊS PIRES TAVARES
A rebelde Rita de "Senhora do Mar" destacou-se pela simplicidade

JOANA RIBEIRO
desfilou elegância com este modelo que comprou numa loja *vintage*

CORES que fazem brilhar

Curtos ou compridos, mais ou menos ousados, os visuais das estrelas levaram *glamour* ao Casino Estoril

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO**
FOTOS: **JOÃO LEMOS E FERNANDO COSTA**

ANA ROCHA
A atriz e realizadora levou o brilho à festa do cinema português e combinou o visual com luvas de renda pretas

MADALENA ALMEIDA
levou para casa o prémio de Melhor Atriz Secundária e encantou com o seu visual curto

MARIANA MONTEIRO
também optou por Luís Carvalho e arrasou na passadeira vermelha

SÓNIA BALACÓ
O vestido de Luís Carvalho foi a escolha da atriz e foi muito elogiada durante a cerimónia pela sua elegância

MARGARIDA VILA-NOVA
Foi a anfitriã pelo quarto ano consecutivo, ao lado de Pedro Miguel Ribeiro, e confessou: **"É uma honra e um prazer fazer parte desta celebração"**

BÁRBARA BRANCO
A atriz foi das mais sensuais nesta criação, também com assinatura de Luís Carvalho. **"Foi uma escolha rápida e fácil"**, disse

CARLA MACIEL e GONÇALO WADDINGTON desfilam amor e elegância nos prémios Sophia

ADMIRAÇÃO MÚTUA



O ator fazia figas para a mulher ganhar o prémio de Melhor Atriz, enquanto ela se sentia orgulhosa por o filme do marido ter sido premiado em Cannes

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO** FOTOS: **JOÃO LEMOS E FERNANDO COSTA**

O casal desfilou o seu amor na passadeira vermelha, onde até trocaram um beijinho, e **Gonçalo Waddington** estava muito feliz por acompanhar **Carla Maciel** numa noite tão especial. **"Espero que ela ganhe o prémio porque está, de facto, fantástica no filme a 'Légua', embora todas as nomeadas sejam incríveis"**, confidenciou o ator à chegada à cerimónia. O galardão de Melhor Atriz Principal acabou por ir para Beatriz Batarda, mas Carla Maciel reconhece estar bem entregue. **"O importante é celebrar mais um ano de trabalho em cinema, que às vezes é feito em condições difíceis, e aplaudir as minhas colegas, de quem sou fã."** A atriz tem vários projetos, um dos quais o filme que é realizado pelo próprio marido. E por falar em Gonçalo Waddington, ele só tem razões para festejar, depois de "Grand Tour", em que participa, ter feito história no cinema nacional ao conquistar o prémio de Melhor Realização no Festival de Cinema de Cannes (Miguel Gomes). **"É muito importante para Portugal e estou orgulhosa do Gonçalo."** O ator ainda se sente nas nuvens: **"Foi bom estar naquele palco e ser visto pelo mundo inteiro. Uma sensação fabulosa"**. ■



A atriz levou uma mala da amiga Rita Calçada Bastos que não podia ser mais apropriada, já que recordava Audrey Hepburn





Afonso Pimentel

já tem planos para os filhos neste verão

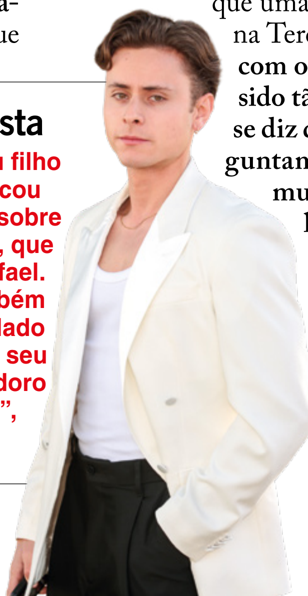
“VOU LEVÁ-LOS DE FÉRIAS AOS AÇORES”

O ator está em São Miguel a gravar “Rabo de Peixe” durante uma semana e meia. Quando lá voltar leva Noah, de 11 anos, e Alana, de 9

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO** FOTOS: **JOÃO LEMOS E FERNANDO COSTA**

Ao mesmo tempo que encanta o público com o Manel de “Senhora do Mar”, da SIC, **Afonso Pimentel** encontra-se a gravar as duas novas temporadas de “Rabo de Peixe”, a série portuguesa que é um fenómeno na Netflix. **“Tem corrido muito bem. Já gravámos em Lisboa e agora estamos nos Açores”**, disse o ator à **TvMais** na cerimónia dos prémios Sophia, no domingo, dia 26, no Casino Estoril, em que “Rabo de Peixe” ganhou o galardão para Melhor Série. **“É um trabalho incrível”**, elogia. De volta aos Açores, admite que já tinha saudades de São Miguel.
“Sentia muita vontade de gravar lá. Vou ficar uma semana e meia e depois regresso a Lisboa.”
Ao contrário de “Senhora do Mar”, a cujas gravações voltará em breve, a série permite-lhe ter mais tempo para a família, tanto que já está a planear as férias da verão. **“As gravações em Lisboa tinham um ritmo diferente da novela, deu para ser pai. Quando voltar pela segunda vez São Miguel, o que deverá acontecer a meio de junho, vou levar os meus filhos aos Açores. Nessa altura eles já estão de férias da escola”**, conta Afonso Pimentel, que tem um casal, Noah, de 11 anos, e Alana, de 9, fruto da sua relação com Liliana Leitão. **“Assim vão conhecer um bocadinho do trabalho do pai.”**
Nos últimos meses, o protagonista de “Senhora do Mar” tem passado bastante tempo naquele arquipélago, já que uma parte da trama da SIC é gravada na Terceira. **“Estou muito surpreendido com o impacto da novela. Nunca tinha sido tão abordado pelas pessoas. Como se diz que o Manel vai desaparecer, perguntam-me se ele vai voltar e mostram muita curiosidade em saber como lido com as vacas.”** Sobre as cenas dos próximos capítulos, o ator desvenda: **“Não vai haver um triângulo amoroso entre o Manel, a Joana** [Sofia Ribeiro] **e a Teresa** [Ana Varela]**, mas, como se irá ver mais à frente, o aparecimento do filho dele e da Teresa vai mudar algumas coisas”.** ■

O “filho” à festa



“Já sei que o meu filho anda por aí”, brincou Afonso Pimentel sobre Diogo Fernandes, que faz o papel de Rafael. O jovem ator também se mostrou agradado por poder rever o seu pai na novela. “Adoro trabalhar com ele”, contou

A VETERINÁRIA é obrigada a fazer uma cesariana e recebe o apoio de MANUEL e JUDITE







JOANA DÁ À LUZ JÚLIA

A hora vai, finalmente, chegar. A rapariga entra em trabalho de parto na igreja, mas, já no hospital, tem de se avançar para a operação. Apesar da enorme tensão, tudo corre pelo melhor

TEXTO: **TIAGO HENRIQUES** FOTOS: **SIC/DIVULGAÇÃO**

É um dos momentos mais aguardados desde o arranque da trama da SIC e promete surpreender tudo e todos. Mas a verdade é que vai acontecer com vários percalços pelo caminho. Desde logo porque tudo começa... em plena igreja! No batizado do filho de Flávia (Mariana Pacheco), Joana (**Sofia Ribeiro**), que é a madrinha de Chico (Dinis Carvalho), sente-se mal e Manuel (**Afonso Pimentel**) tem de levá-la de urgência para o hospital.

DRAMA NO PARTO

Mesmo estando apenas de 36 semanas, é obrigada a fazer o parto. A obstetra tenta acalmá-la e o vaqueiro não larga a amada. Emocionado, só lhe pergunta como se sente, e esta diz estar bem. **"Ainda temos pouca dilatação"**, alerta a médica, deixando Joana apreensiva. **"A Júlia do Mar só tem 36 semanas, doutora. É muito cedo para ela nascer"**, diz a futura mamã, com a profissional de saúde a procurar tranquilizá-la. **"A bebé está com um bom peso e um bom tamanho. À partida não há motivo para preocupações. A partir de agora vamos ter de a monitorizar e a enfermeira vai colocá-la a soro. Não vai poder comer, mas, assim, garantimos que está hidratada e alimentada. E qualquer medicamento que seja necessário administrar é mais simples"**, explica-lhe a médica. Joana informa que tem medo de agulhas, mas não há nada a fazer. A obstetra sai e deixa o casal sozinho. **"Nem acredito que é hoje que vamos conhecer a nossa filha!"**, diz a veterinária ao namorado. **"Está quase! Daqui a umas horas a Júlia já está nos teus braços"**, acrescenta o irmão de Artur (João Reis), emocionado. De repente, a grávida sente uma nova contração e aperta a mão do amado. **"Só espero não te partir os dedos"**, desabafa ela, enquanto Manuel sorri e garante: **"Não há perigo disso, descansa"**. A enfermeira chega e diz ao casal que Judite (**Marina Mota**) está lá fora. Verifica a dilatação, só que esta ainda não está concluída. Joana mostra-se serena, mas o vaqueiro não consegue esconder a preocupação. A amada explica-lhe que, se for preciso, os profissionais de saúde tomam medidas. **"Metem ali no soro um medicamento para**




Manuel assiste ao parto e é ele quem corta o cordão umbilical



DO MAR

eu ficar com mais contrações. Não te preocupes, vai correr tudo bem. Eu já fiz muitos partos... Nunca fiz foi um de um bebé humano. Nem de um bebé meu", comenta a veterinária. **"Já imaginaste o que seria teres de fazer o teu próprio parto?"**, brinca Manuel, com a amada a dizer-lhe que seria um pesadelo. O tempo passa e a médica volta a verificar a dilatação, que ainda não está completa. **"A Natália não está com dilatação suficiente para fazermos parto normal e a bebé precisa de nascer. Vou ter de fazer uma cesariana. Agora"**, anuncia. Joana emociona-se e vira-se para o amado: **"A nossa menina está em sofrimento, Manel"**. Mas a profissional de saúde pede-lhes calma e reitera que vai correr tudo bem.

"AGORA SOMOS UMA FAMÍLIA A SÉRIO"

Na sala de partos, a veterinária tem o vaqueiro ao seu lado, a segurar-lhe a mão. De repente, a obstetra mostra-lhes a bebé Júlia. Manuel segura-lhe a cabeça, enquanto Joana desaba num pranto. O irmão de Artur corta o cordão umbilical e entrega a menina à recém-mamã, que continua a chorar. **"Tem aí uma garota cheia de força!"**, diz a médica. Já no quarto, Manuel vai ter com as suas meninas acompanhado por Judite. Mal vê Júlia do Mar, a antiga professora também se emociona. **"Que linda que é a minha neta. É parecida contigo, quando nasceste"**, elogia. Ainda que um pouco abalada, Joana é o espelho da felicidade: **"Este é o dia mais feliz da minha vida! Agora somos uma família a sério"**. ■




Judite emociona-se ao conhecer a neta, enquanto Joana se declara a Manuel



Depois de descobrir que as irmãs quase destruíram o seu negócio...

CACAU PERDOA SAL E ANITA

As duas vilãs confessam que estiveram envolvidas no tráfico do cacau poró, mas dizem que há esperança de que volte a florescer. Mesmo desiludida, a chocolateira acaba por desculpá-las

TEXTO: **TIAGO HENRIQUES**
FOTOS: **TVI/DIVULGAÇÃO**

Anita (**Catarina Nifo**) e Sal (**Carolina Amaral**) juntaram-se para vender o cacau poró de Cacau (**Matilde Reymão**), mas o segredo que une as duas vilãs vai finalmente ser descoberto. Quim (Paulo Calatré) e Justino (António Capelo) conseguem recuperar as sementes e entregam-nas à mestre chocolateira, que rejubila ao perceber que o seu cacau pode ser salvo. Ainda que feliz, exige saber o que realmente aconteceu. Sal acaba por chamar Anita para que, juntas, lhe contem tudo o que se passou. **"Começo eu, que já estou habituada a ser a má da fita. Mas só falo porque acho que tem de ser dito que se o cacau poró se salvou, foi por causa da Anita. Se não fosse por ela, não tinha sobrado nem aquele saco"**, explica a filha de Simone (Alexandra Lencastre). Cacau, claro, fica muito desiludida. **"Já sabemos que se fez muita asneira *lá atrás*, a começar por mim. Aliás, neste caso, a culpa foi totalmente minha. Mas há que seguir em frente. Perdoaste-me coisas terríveis a mim e agora vais massacrar a Anita, quando ela só queria salvar o namorado?"**, continua Sal. Guto (Vítor Britto) olha a amiga e esta, dona de um bom coração, acaba por perdoar as irmãs. **"Se descubro que alguém tenta mais alguma coisa destas, nem sei o que lhe faço"**, avisa Cacau, olhando para Anita e ameaçando apagar a sua conta de Instagram. Os quatro acabam por se rir daquela situação. ■

CINEMA



"ASSASSINO PROFISSIONAL" TÍTULO ORIGINAL: "Hit Man" REALIZADOR: Richard Linklater. ATORES: Glen Powell, Adria Arjona e Austin Amelio



ESTREIA a 30 de MAIO

Quando o crime compensa

Quando Gary é contratado pela bela Madison para matar o seu marido, o mundo de ambos dá uma reviravolta completamente inesperada

COORDENAÇÃO E TEXTOS: **NUNO PIRES** FOTOS: **DIVULGAÇÃO**

Gary Johnson (**Glen Powell**) é um professor que trabalha como falso assassino para a polícia de Nova Orleães. Servindo-se de diferentes disfarces e identidades para apanhar os incautos que o querem contratar para matar os seus inimigos, Gary cai num dilema moral quando se sente atraído por uma dessas potenciais criminosas, uma bela jovem chamada Madison (**Adria Arjona**) que o contrata para acabar com a vida do marido. Quando Madison se apaixona por uma das personagens de Gary, o misterioso e sensual Ron, o caso origina uma reação em cadeia de encenações, enganos e riscos crescentes. O filme tem por base uma insólita história real e explora as complexidades da psique humana através de temas como a moralidade, a identidade ou a redenção. ■



CINEMA

Bernadette – A Mulher do Presidente

TÍTULO ORIGINAL: "Bernadette" **REALIZADOR:** Léa Domenach. **ATORES:** Catherine Deneuve, Denis Podalydès, Michel Vuillermoz e Sara Giraudeau

COMÉDIA. Quando chega ao Palácio do Eliseu, Bernadette Chirac, que esteve na sombra do marido, Jacques Chirac, decide tornar-se uma figura mediática.

LIVRO

"Cantar Juntos pelo Mundo"

A PAR (Associação Aprender em Parceria, constituída em 2007) lançou, no âmbito do seu projeto musical, a sua terceira obra, que se intitula "Cantar Juntos pelo Mundo". Trata-se de um livro com acesso áudio que inclui canções infantis tradicionais de 32 países. A não perder!



• **AUTORIA E EDIÇÃO:** Associação Aprender em Parceria (A PAR) • **PREÇO:** € 20



TEATRO

"Monstros das Emoções"

DATA E LOCAL: 1 de junho, às 12 h, Jardim do Rossio, Alcochete

Uma viagem divertida, bonita, didática e interativa que, de forma simples e com muitas canções, nos leva a visitar as diferentes emoções dos mais pequenos durante o seu crescimento, da tristeza à alegria, do medo e à birra, sem esquecer a calma.

ESPECIAL DIA MUNDIAL DA CRIANÇA (1 DE JUNHO)

PROTAGONIZAMAGIA

TEATRO

“Cabeça na Lua”

DA FLORESTA AO CÉU

Um grupo de animais decide fazer uma torre com o objetivo de chegar até à Lua e, assim, descobrir qual é o seu sabor

Uma certa noite, vários e diferentes animais sonham com o sabor da Lua, que estava tão alta e inalcançável.A pergunta que mais se ouve na floresta é: “**A que sabe a Lua?**” **“Será que sabe a maçã?”,** pergunta a tartaruga. **“Espero que saiba a melancia”,** murmura o elefante. Também a girafa, a zebra, o macaco e o leão sonham e imaginam. Já o rato tem uma teoria: **“Será que a Lua sabe a queijo? Vista da Terra até parece ter aqueles buraquinhos do queijo”.** Juntos, decidem tentar chegar ao céu, numa torre feita de animais, e descobrir qual é, afinal de contas, o seu sabor. “Cabeça na Lua” é um espectáculo da Protagoniza Magia.

DATA E LOCAL: 1 de junho, às 11.30 h, Centro Comercial Fonte Nova, Benfica, Lisboa

EVENTO

Festival Leiria Kids 2024

DATA E LOCAL: 1 e 2 de junho, entre as 9 e as 18 h, Quinta do Faria, Caranguejeira
MAIS INFORMAÇÕES: visiteleiria@cm-leiria.pt



A pequenada vai viver o melhor de dois mundos: aproveitar a natureza, entre lagos, ribeiros, espaços verdes e muitas sombras, e descobrir os animais da quinta e dos rios. Bilhete pago a partir dos 2 anos. Reserve já!

CINEMA



IF: Amigos Imaginários

TÍTULO ORIGINAL: “IF” **REALIZADOR:** John Krasinski. **VOZES (V.P):** Eduardo Madeira, Inês Lopes Gonçalves, Ana Bacalhau e Pedro Fernandes

COMÉDIA. Uma menina descobre a capacidade de ver os amigos imaginários abandonados por outras crianças e embarca numa aventura mágica para voltar a juntá-los com quem eles ajudaram.

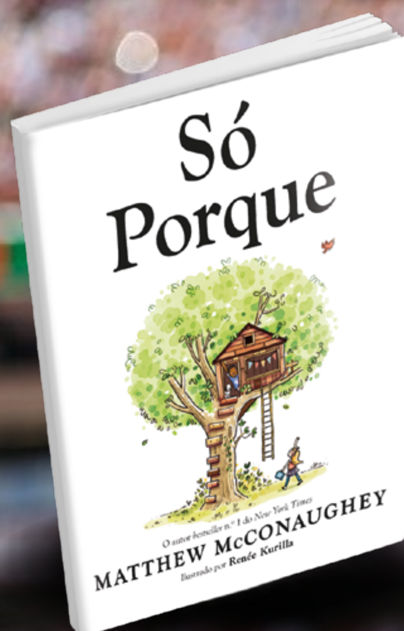


Pinóquio: A História Verdadeira

TÍTULO ORIGINAL: “Pinocchio: A True Story” **REALIZADOR:** Vasiliy Rovenskiy. **VOZES (VP):** Ricardo Raposo e Rita Laranjeira

ANIMAÇÃO. Pinóquio foge do seu criador, o carpinteiro Geppetto, para conhecer o mundo. Mas conseguirá o menino de madeira tornar-se um humano e encontrar o verdadeiro amor?

MATTHEW MCCONAUGHEY estreia-se na literatura infantil com "Só Porque"





"Cada dia é um presente", partilhou com os seus mais de 9 milhões de seguidores no Instagram, num dia em que presenteou muitas crianças com a sua obra

"PARA A CRIANÇA QUE EXISTE EM TODOS NÓS"







"Just Because" (título original do livro) está a ser um sucesso entre miúdos e graúdos, o que deixa a estrela de Hollywood radiante



O filho mais velho do ator, Levi, "devorou" a obra infantil do seu ídolo

O ator norte-americano voltou à escrita, desta vez com um livro repleto de importantes contradições para os mais pequenos

TEXTO: **NUNO PIRES** FOTOS: **GETTY IMAGES E REDES SOCIAIS**

É considerado um dos grandes atores de Hollywood e em 2022 lançou-se na escrita com a edição de "Luz Verde", um livro de memórias que foi um dos mais vendidos do "The New York Times". Vencedor do Óscar de Melhor Ator pelo seu desempenho no filme "O Clube de Dallas" (em 2014), **Matthew McConaughey,** de 54 anos, regressou à literatura. Desta vez apresenta "Só Porque", dedicado aos leitores mais pequenos, embora os graúdos também não fiquem indiferentes à obra. Brilhante contador de histórias e exímio construtor de casas em árvores, o artista, que é natural do Texas, reuniu um conjunto de contradições que todos enfrentamos ao longo da vida e que nos servem de breves e sentidas lições para o futuro. **"Para os meus filhos, os teus filhos e a criança que existe em todos nós",** escreve o autor no seu livro, elucidando ainda todos os seus leitores, independentemente da faixa etária: **"Somos agora mais jovens do que alguma vez voltaremos a ser; só temos de continuar a aprender".** As 32 páginas do livro contam com coloridas ilustrações de Renée Kurilla, formada em ilustração e *design* gráfico. Quem ficou rendido a "Só Porque" foram os três filhos do ator norte-americano, **Levi, Vida** e *Livingston,* frutos do seu casamento com a modelo brasileira **Camila Alves.** O casal oficializou a relação no dia 9 de junho de 2012 numa cerimónia íntima na terra natal de Matthew McConaughey. Foi em conjunto com a mulher que inaugurou a fundação Just Keep Livin (Apenas Continua a Viver, em tradução literal), **"dedicada a fornecer aos estudantes do ensino secundário as ferramentas necessárias para terem uma vida ativa e fazerem escolhas saudáveis que lhes proporcionem um futuro melhor",** como explica a editora LeYa/Lua de Papel. Se estiver sem ideias, este é um belo presente para oferecer a um dos miúdos da sua vida no Dia Mundial da Criança (que se celebra a 1 de junho). ■

HOMEM DE FAMÍLIA O ator e produtor norte-americano com a mulher, a brasileira Camila Alves, e os três filhos do casal: Levi, de 15 anos, Livingston, com 11, e Vida, de 14

Horóscopo por Paulo Cardoso

de 29 de maio a 4 de junho de 2024



Parabéns, **Maria Rueff!** 52 anos é a idade que a atriz festeja a 1 de junho!

CARNEIRO
21 de março a 20 de abril

AMOR: Grande serenidade e tendência para sonhar demasiado. **TRABALHO:** Aptidão para entender os pontos de vista dos outros. **BEM-ESTAR:** Preste atenção quando mexer em aparelhos elétricos. Seja prudente!

TOURO
21 de abril a 20 de maio

AMOR: Neste período, verá aumentado o seu sentimentalismo e sensibilidade. **TRABALHO:** Poderá ter dificuldades em mostrar o que lhe vai na alma. **BEM-ESTAR:** Procure regrar melhor o seu descanso.

GÉMEOS
21 de maio a 21 de junho

AMOR: Deve desenvolver os seus dotes de intuição. **TRABALHO:** Irá sentir uma certa impaciência. **BEM-ESTAR:** Mais do que nunca, não deixe que os outros se venham intrometer no seu mundo. Relaxe mais!

CARANGUEJO
22 de junho a 22 de julho

AMOR: Momento para procurar a companhia dos amigos para conviver. **TRABALHO:** Este pode ser um momento para conversas cheias de significado. **BEM-ESTAR:** Não é um período particularmente dinâmico.

LEÃO
23 de julho a 23 de agosto

AMOR: Não só está com maior energia como terá força para mudar o que está mal. **TRABALHO:** Esta fase vai sublinhar a sua imaginação. **BEM-ESTAR:** Maior tolerância e generosidade para com os outros.

VIRGEM
24 de agosto a 23 de setembro

AMOR: Vai sentir uma certa tendência para a interiorização ou para um maior isolamento. **TRABALHO:** Evite tomar decisões que requeiram objetividade. **BEM-ESTAR:** Coloque em prática soluções que outrora resultaram.

BALANÇA
24 de setembro a 23 de outubro

AMOR: Atenção aos outros: estes nem sempre aguentarão os excessos do seu temperamento. **TRABALHO:** Poderá sentir-se mais impaciente. **BEM-ESTAR:** O destino pode trazer-lhe uma notícia menos agradável.

ESCORPIÃO
24 de outubro a 22 de novembro

AMOR: É possível que sinta uma maior harmonia e descontração. **TRABALHO:** Pare um pouco e viva o presente. **BEM-ESTAR:** Poderá querer voltar à carga em relação a uma situação que não está bem resolvida.

SAGITÁRIO
23 de novembro a 20 de dezembro

AMOR: Dê uma pausa à sua ansiedade. Sensibilidade para compreender aquilo que a mente não controla. **TRABALHO:** A capacidade empreendedora transparece. **BEM-ESTAR:** Encontrará uma grande paz interior.

CAPRICÓRNIO
21 de dezembro a 20 de janeiro

AMOR: Dará maior importância ao seu lado apaixonado. **TRABALHO:** A presença de uma mulher poderá trazer um contributo importante. **BEM-ESTAR:** Altura para uma decisão e para cortar com o que o prejudica.

AQUÁRIO
21 de janeiro a 19 de fevereiro

AMOR: Será propícia uma conversa importante com alguém da família. **TRABALHO:** Poderá sentir alguma agitação difícil de diagnosticar. **BEM-ESTAR:** Os filhos e os amores irão prender mais a sua atenção.

PEIXES
20 de fevereiro a 20 de março

AMOR: Está mais hábil para perceber aquilo que os outros esperam de si. **TRABALHO:** Aproveite para fazer um inventário completo das suas contas e dívidas. **BEM-ESTAR:** Acautele-se mais para não sonhar em demasia.

Tvmais PUZ

Especial • para destacar

PASSATEMPOS

DESTACÁVEL DA TvMAIS nº 1637

SOPA DE LETRAS COM SETAS

Procure na grelha de letras, em todos os sentidos, inclusive na diagonal, as palavras da lista abaixo publicada.

```
E C P D E P R P V E N T E M L A
T O V O O E A A L E E S M E P S
E A M O L E E A P S E V E R O N
S C P S P A E R S M L A U I O R
E E L C N E C U P A R G A S E U
A O A A R A T A D T E S L E T M
S A U P S O N O S O A I S R M L
O A S E O A R A P I T A U E P E
E P G C R E R A E D S R P U R Q
S E U O I P O A E I P A E N M U
L E C A T O M L A R V P U D R E
E I E A I C R U U R A V O R P I
O A N A C A O E S M I N E G A S
R U R E S O O R V T U A U C U M
A A L D C G O R T I R C O A E R
M E L E M T S L P E A S A I T M
O C M I O C R I R O J A O A O A
A A C A C E E I L U D O L R S C
E E R N S O J S O P I A O T I V
A S P O I I I U E R E A S R A R
O P M A F E M G A I O E F I L A
A E R O D M E L O M I D E G U U
M T S U O R P D A P T E A S M O
M R M L M E R O A F S V R P P E
L O O E P P L S L T U T P S D A
I O E A U A I A R R L L N R N U
L A S M M R O J D N S R I A A O
M S P P O E O U M S O A P P L E
```

- ↖ ADORO
- ↘ CORTEJO
- ↖ CUMULO
- ← DATARA
- ↙ EMPANAR
- ↓ ESPETRO
- ↑ FISCO
- → ILUDO
- ← IMOLEM
- ↘ ISAURA
- ↓ LEQUE
- ↗ MUDEIS
- → NEGAS
- ↑ PARAIS
- ↘ POLACAS
- ← PROVA
- ↓ REPARE
- ← SAGRA
- ↗ SOCAI
- ← VESPA

SUDOKU COLORIDO

Preencha as casas vazias com algarismos de 1 a 9 de forma a que o mesmo número não se repita em cada linha, coluna e quadrado.

			3		6			
		6	9			1	5	
					4			
4	9			7				
	5	7				3		
		1				5	2	
			4		1	6		
						2	4	3
9								

Grau de dificuldade: FÁCIL

							2	6
7	4		6					9
4	7			5	9			2
	6		4	7		1		
1		9			2		4	7
				9	8		7	1
		2						
						8		

Grau de dificuldade: MÉDIO

6								
	2	8		4		3	5	
	9	3					8	
							6	5
8			1		9			
3	5		2			9		1
		2	3			6		
							4	
9				8		2		

Grau de dificuldade: DIFÍCIL

passatempos PUZ

SUDOKU COLORIDO

Preencha as casas vazias com algarismos de 1 a 9 de forma a que o mesmo número não se repita em cada linha, coluna e quadrado.

			6	9			2	5
5	6				2			3
7			3			8	9	
		3		2				
						9		
	8	7		3		6	1	
	3			6	9			
1	2							
		6		1		3		

Grau de dificuldade: FÁCIL

	2			1			4	9
3			9				7	
			8		6		1	
7		6				9		
			6					
1	8				4			
		4	3			7		
6								3
2	3						6	4

Grau de dificuldade: MÉDIO

			4					3
		1		5		7		
		8			9	4		
2				4				1
					8	3		5
			3					
		3					9	8
	9		1					2
4						5		

Grau de dificuldade: DIFÍCIL

CRUZADEX

Preencha a grelha, colocando as palavras da lista nos respetivos lugares, de modo a que combinem quer horizontal como verticalmente.

■		■		■						
						■		■		■
■		■		■						
						■		■		■
	■		■	■						
				■		■		■		■
	■		■							
S	U	A	I	■	■		■		■	
■		■								
				■	■		■		■	
■		■								

4 LETRAS
BAIA
ICEI
PANE
PIPA
~~SUAI~~
UMAS
VACA

5 LETRAS
CETRO
MINTA
PAMPA
RUBIS
SUIÇA

6 LETRAS
DOURAR
FIXARA
MICRON
RAIVAR
RASARA

7 LETRAS
ADOÇARA
ESCAPAM
INCAUTA
RAMADAS

8 LETRAS
CERTAMEN
IGNORADA

CRIPTOCRUZADA em branco

Esta criptocruzada em branco está 100% codificada, pelo que deverá encontrar também o número que corresponde às quadrículas pretas.

14	12	16	8	3	9	1	19	14	18	3
20	3	15	3	16	17	13	3	8	3	12
1	18	13	12	17	3	8	9	1	8	14
8	17	17	14	18	4	1	13	7	3	15
3	9	14	13	8	1	17	1	13	18	13
8	14	12	12	3	13	8	17	8	3	7
13	12	18	17	4	3	6	12	17	12	1
1	2	14	8	3	8	4	1	12	17	12
17	3	8	3	8	17	1	2	3	4	17
18	17	14	4	13	11	8	3	8	13	3
13	18	17	12	3	15	14	17	3	4	15
8	3	12	17	12	6	10	3	8	3	4
3	8	1	12	17	18	3	15	3	8	3
4	14	8	14	16	14	8	3	17	17	7
1	5	8	13	1	19	17	7	14	9	14
15	3	13	16	3	17	2	1	15	14	19
3	8	8	14	4	14	12	12	3	8	3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
O	P	A	M																

cozinha

TRADICIONAL PORTUGUESA



BOLO mármore com cobertura

• 180 g de manteiga • 300 g de açúcar fino • 1 c. (café) de sal • 1 c. (café) de essência de baunilha • 1 c. (chá) de fermento • 6 ovos (4 inteiros + 2 gemas) • 60 g de iogurte natural • 180 g de farinha • 35 g de cacau em pó **Para a cobertura:** 125 g de açúcar em pó • 3 c. (sopa) de cacau em pó • 2 c. (sopa) de leite meio-gordo • 250 g de morangos

Preaqueça o forno a 180 ºC. **Unte** uma forma com manteiga e reserve. Numa taça, bata bem o açúcar com a manteiga, o sal, a essência de baunilha e o fermento até obter uma mistura fofa. Irá demorar cerca de 10 minutos. **Adicione** os ovos, um a um, as gemas e continue a bater até que fiquem incorporados na mistura. **Junte** o iogurte e misture. **Divida** esta massa por duas taças. A uma adicione 60 g de farinha e o cacau em pó. À outra acrescente a restante farinha (120 g). **Envolva** bem cada uma das massas. Em seguida, deite-as alternadamente na forma. **Misture-as** ligeiramente com um garfo fazendo movimentos aleatórios. **Leve** ao forno cerca de 50 minutos ou até espetar um palito e este sair seco. **Retire** do forno, deixe descansar 5 minutos e desenforme para uma rede.
Para a cobertura, misture, numa taça, o açúcar em pó com o cacau e o leite até obter uma cobertura espessa. **Cubra** o bolo com este creme e decore com os morangos cortados em metades ou em quartos.



BRUSCHETTA de alho

• 1 pão saloio em fatias • 8 dentes de alho • sal • pimenta • azeite de boa qualidade • um ramo de alecrim

Disponha as fatias de pão num tabuleiro de ir ao forno. **Corte** os alhos ao meio e esfregue-os no miolo do pão. **Regue** de seguida as fatias com o azeite, tempere com o sal, a pimenta e o alecrim. **Leve** ao forno até torrarem ligeiramente. **Retire,** volte a regar com mais um generoso fio de azeite e sirva de entrada ou como acompanhamento de um prato com molho.

LASANHA de peixe e vegetais

• 500 g de peixe limpo • 2 curgetes grandes • 150 g de cogumelos frescos • 1 pimento grande • 50 g de queijo mozarela magro ralado • 1 cebola média • 3 cenouras pequenas • 2 dentes de alho • 1 alho-francês • 1/2 cháv. (chá) de polpa de tomate • 50 g de azeite • 200 ml leite magro • fécula de batata • sal • pimenta • noz-moscada • 2 c. (sopa) de azeite

Coza ligeiramente o peixe com um pouco de sal e pimenta, o suficiente para conseguir retirar as espinhas e a pele e desfiar em pedaços médios. **Lave** bem os legumes e descasque a cebola. **Corte** as curgetes em tiras longitudinais, rale e pique os outros legumes. **Faça** um refogado com o azeite, a cebola e os alhos, junte todos os vegetais e refogue. **Adicione** a polpa de tomate, tempere com sal e pimenta e deixe apurar. Noutro tacho, faça o molho branco, levando ao lume o leite temperado com sal, pimenta e noz-moscada. **Misture,** numa chávena, um pouco do leite com 1 c. (sopa) de fécula de batata, mexa e adicione ao restante leite, deixe engrossar e vá ajustando a consistência de acordo com a sua preferência, adicionando mais fécula da mesma forma, se necessário. **Pincele** um tabuleiro com um pouco de azeite e disponha uma camada de tiras finas de curgete. **Disponha** uma parte do preparado de peixe, depois distribua um pouco do refogado de legumes e finalize com o molho branco. **Faça** mais duas camadas iguais. **Polvilhe** com o queijo mozarela ralado e leve ao forno, preaquecido a 180 °C, durante 20 a 30 minutos ou até dourar. **Sirva** quente.

DICA
Para esta receita pode aproveitar restos de peixe que tenha de outras refeições ou usar uma mistura de vários peixes a gosto



LULAS recheadas de tomatada

• 1 kg de lulas frescas
• 1/2 chouriço de carne
• 1 cebola • 2 dentes de alho
• 1 cenoura • 1/2 pimento vermelho • 4 c. (sopa) de arroz carolino • 3 c. (sopa) de polpa de tomate • azeite • sal
• pimenta-preta

Para a tomatada:

• 1 cebola • 2 dentes de alho
• 600 g de tomate maduro
• 100 ml de vinho branco • azeite
• sal • pimenta-preta • coentros

Limpe as lulas e reserve as cabeças e as abas. Num robô de cozinha, coloque a cebola, os alhos, a cenoura, o pimento e o chouriço. **Triture** tudo grosseiramente e refogue num fio de azeite. Entretanto, pique as cabeças, tentáculos e abas das lulas e junte ao refogado. **Tempere** com sal e pimenta e cozinhe até o molho reduzir. **Junte** o arroz cru e frite alguns instantes até este absorver todos os sucos. **Acrescente** a polpa de tomate e verifique o sal. **Retire** do lume, recheie as lulas com este preparado e feche-as com um palito. Depois de recheadas, pique-as com um palito e reserve. No mesmo tacho onde cozinhou o recheio, comece a preparar o molho de tomate. **Refogue** a cebola e os alhos num fio de azeite, adicione os tomates picados e tempere com sal e pimenta. **Deixe** apurar e regue com o vinho, deixando ferver mais alguns instantes. **Triture** o molho grosseiramente com a varinha mágica e leve novamente ao lume. **Disponha** as lulas recheadas no molho e cozinhe tapado, em lume brando, cerca de 20 minutos, mexendo ocasionalmente, até as lulas estarem tenras e o molho bem apurado. **Retire** do lume e polvilhe com coentros picados. **Sirva** com batata frita ou puré de batata e uma salada de folhas verdes.

LINGUINE de atum

• 1 cebola grande • 2 dentes de alho • 2 latas de atum ao natural, escorrido • 50 g de concentrado de tomate • 1 c. (sopa) de azeite • 60 g de queijo mozarela ralado • 320 g de massa *linguine* • orégãos secos • salsa para polvilhar

Coza a massa em água com sal, seguindo as instruções do fabricante. **Pique** a cebola e os dentes de alho e, numa frigideira, refogue-os com o azeite durante 5 minutos. **Junte** o concentrado de tomate e deixe cozinhar um pouco. **Tempere** com os orégãos e a pimenta, misture o atum desfeito e mexa apenas 1 minuto. **Adicione** 1 concha da água da cozedura da massa e deixe cozinhar mais um pouco. **Acrescente** a massa escorrida e a mozarela e mexa novamente, cozinhando mais 1 a 2 minutos, para que o queijo derreta. **Sirva** imediatamente polvilhado com salsa picada.

DICA Se quiser dar mais cremosidade a este prato, antes de juntar a massa adicione um pacote de natas e envolva bem



PERNAS de frango no forno

• 4 pernas de frango • sal • pimenta
• 1 c. (sopa) de paprica • 1 c. (sopa) de alho em pó • 4 dentes de alho • sumo de 2 limões
• 2 c. (sopa) de manteiga amolecida ou azeite

Lave as pernas de frango e coloque-as num tabuleiro. **Guarde** no frigorífico durante, pelos menos, 3 horas, sem cobrir para que a pele seque um pouco. Este primeiro passo não é essencial mas ajuda a tornar as pernas de frango mais estaladiças. **Preaqueça** o forno a 220 ºC. **Disponha** o frango numa assadeira numa única camada e tempere com sal, pimenta, paprica, alho em pó, alhos laminados e sumo de limão. **Pincele** a carne com manteiga derretida e leve a assar durante 20 a 25 minutos. Após este tempo, vire as pernas de frango e asse-as durante mais 20 minutos. **Retire** do forno, polvilhe com ervas aromáticas e sirva ainda quente.



SOPA de cenoura

• 10 cenouras • 2 batatas • 2 cebolas
• 1 alho-francês • 2 dentes de alho • 2 c. (sopa) de azeite • 1 l de água • sal • tostas
• rama de cenoura para decorar (opcional)

Prepare os legumes e corte-os em pedaços pequenos. Num tacho, faça um refogado com a cebola, os alhos e o alho-francês. **Junte** depois a cenoura, a batata e leve a cozer em água temperada com sal. Quando estiverem cozidos, triture com a varinha mágica, até obter um creme macio. Se ficar muito espesso, junte um pouco de água quente e misture bem. No final, tempere com o azeite, envolva e sirva acompanhado com tostas e decorado com um pé da rama de cenoura.



BRÓCOLOS gratinados

• 400 g de brócolos • 1 pacote de natas de cogumelos • 5 dl de água • 1 c. (sopa) de manteiga • 50 g de queijo *emmental* ralado • sal
• pimenta • ervas aromáticas secas a gosto

Ligue o forno no modo *grill*. **Lave** e corte os brócolos em raminhos. **Leve-os** a cozer em água a ferver, temperada com sal, durante 8 minutos. Escorra-os em seguida e reserve-os. **Verta** o conteúdo do pacote de natas de cogumelos para um tacho, junte-lhe a água fria e leve ao lume, mexendo sempre até ferver. **Reserve. Unte** uma travessa que vá ao forno com manteiga, disponha os brócolos no seu interior, cubra com o creme de cogumelos que preparou e polvilhe com o queijo ralado. **Tempere** com pimenta e um pouco das ervas. **Leve** o preparado ao forno até o queijo derreter. **Finalize** polvilhando com mais ervas aromáticas secas e sirva como acompanhamento de carne ou peixe.



Previsão dos SIGNOS para o mês de JUNHO



por MARIA HELENA

Querido leitor,
em junho recebemos o verão, que chega no dia mais longo do ano e, neste período, a energia e a força criadora do Sol é mais forte, intensa e vibrante. O mês começa com a celebração do Dia Mundial da Criança, símbolo da vida, da esperança, do sonho e da fé na Humanidade. Em junho, celebre a sua vida e sinta-se grato por tudo o que tem!

Maria Helena

Carta do mês
2 DE OUROS





CARNEIRO
21 de março a 20 de abril

Carta do mês: 2 de Ouros, que alerta para algumas dificuldades, atrasos e possibilidade de enfrentar entraves na concretização dos seus objetivos.

Números da sorte: 8, 15, 19, 36, 38, 42

Amor e família
O seu poder de atração está evidenciado, o que pode espoletar uma nova paixão que surgirá em contexto laboral, da parte de alguém que trabalha consigo ou que conhecerá através da sua atividade profissional. A forma descontraída como comunica será cativante e contribuirá para melhorar a sua relação com irmãos e amigos de longa data.

Saúde e bem-estar
Invista em atividades que o ajudem a dominar a sua tensão interior e a manter a serenidade, já que o seu maior desafio será ser capaz de continuar equilibrado, independentemente das circunstâncias que o rodeiam. Se tiver a possibilidade de fazer uma viagem durante este período, ela será especialmente revigorante.

Trabalho e dinheiro
Mercúrio agiliza a sua mente e deixa-o mais desperto para outras maneiras de resolver as situações. A sua audácia está em destaque, pelo que, se não ocupa um lugar de chefia, poderá ser convidado a fazê-lo.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
Cansam-se facilmente dos seus brinquedos e estão sempre à procura de novidades. Gostam de carrinhos, jogos de aventura e atividades que fomentem a descoberta. As brincadeiras simples e dinâmicas ao ar livre são boas opções para estas crianças.

Pode beneficiar com o cristal QUARTZO TRANSPARENTE



Possui vibrações energéticas muito positivas, ajudando a limpar o ambiente onde se encontra e o campo energético de quem o traz consigo. Promove o relaxamento e a concentração, fomenta a autoconfiança e desenvolve a sabedoria.

Carneiro e os outros signos
Carneiro. Ambos procuram viver novas experiências e aventuras.
Touro. Poderá haver alguns conflitos entre eles, com discussões acesas.
Gémeos. A convivência entre eles será bastante divertida.
Caranguejo. Esta relação será intensa, mas pode durar pouco tempo.
Leão. Compreendem-se muito bem um ao outro e a cumplicidade que os une é difícil de igualar.
Virgem. Esta é uma relação que terá muitos altos e baixos.
Balança. Têm uma grande admiração mútua e sabem alimentar a paixão.
Escorpião. Atraem-se como um íman.
Sagitário. Desafiam-se um ao outro para desenvolverem muitos projetos.
Capricórnio. Haverá alguma incompreensão de parte a parte.
Aquário. Existirá uma forte atração entre eles.
Peixes. Podem desenvolver uma bonita amizade, mas não vão além disso.

Carta do mês
8 DE OUROS





TOURO
21 de março a 20 de abril

Carta do mês: 8 de Ouros, que indica que este período pode trazer-lhe boas perspetivas no campo financeiro, alertando, porém, para a necessidade de ter maior contenção nas despesas e de fazer esforços para conseguir concretizar as suas metas e objetivos.

Números da sorte: 2, 3, 9, 20, 30, 45

Amor e família
Estará particularmente sensível ao que se passa à sua volta, pelo que deve aproveitar essa sensibilidade para se envolver em atividades em prol das pessoas que precisam de si. Os amigos vão procurá-lo para lhe pedir conselhos, e até mesmo pessoas com quem não fala habitualmente podem agora aproximar-se mais de si. O carinho com que trata a sua cara-metade fará com que possam viver, neste mês, uma nova lua-de-mel. Um romance recente com um nativo de Virgem pode evoluir para um compromisso mais sério. Terá menor afinidade com pessoas do signo Aquário.

Saúde e bem-estar
Tenderá a sentir-se mais cansado, mas, em geral, a sua saúde manter-se-á equilibrada durante este mês. Deve, no entanto, estar atento a possíveis alergias que podem evidenciar-se durante esta fase. Procure dedicar-se a passatempos que o ajudem a libertar tensões acumuladas ao longo do dia e a desanuviar a mente. Nesta fase, deve também ter maiores cuidados com a pele, protegendo-se com protetor solar e bebendo líquidos para manter um bom nível de hidratação.

Trabalho e dinheiro
Normalmente é uma pessoa muito organizada, mas, neste período, pode dispersar-se e acumular tarefas, o que faz com que seja mais difícil cumpri-las dentro dos prazos. Possivelmente vai precisar de fazer horas extra, mas não se preocupe, será capaz de voltar a reorganizar-se.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
Os nativos de Touro gostam de brincadeiras tradicionais e são capazes de passar horas a fio a brincar com um objeto da sua predileção. Não partilham os seus

brinquedos de ânimo leve, pois têm, logo desde pequenos, um forte sentido de posse. Apreciam jogos e *puzzles* cheios de pormenores ou com mecanismos curiosos.

Pode beneficiar com o cristal QUARTZO VERDE



O cristal quartzo verde auxilia na hora de promover a saúde física e de ativar o chacra cardíaco, ajudando, naturalmente, a que se sinta melhor consigo próprio e com os outros.

Touro e os outros signos

Carneiro. Esta relação pode passar rapidamente da amizade para o amor.
Touro. Por serem tão parecidos, podem ter dificuldades de entendimento.
Gémeos. Terão de chegar a acordo para evitarem os conflitos e as discussões frequentes.
Caranguejo. Embora sejam muito diferentes, há uma forte apreciação mútua entre eles.
Leão. Esta relação é intensa a nível sexual, mas no dia a dia entram facilmente em atrito.
Virgem. Sabem construir uma relação sólida e equilibrada.
Balança. Embora sejam bons amigos, a relação pode tornar-se distante.
Escorpião. A química entre eles é muito forte, dificilmente resistirão sem cair nos braços um do outro.
Sagitário. Ambos sabem apreciar as coisas boas da vida, mas a possessividade de Touro pode afugentar Sagitário.
Capricórnio. São cúmplices e têm facilidade de compreensão mútua.
Aquário. Esta relação não será pacífica, pois veem o mundo de perspetivas muito diferentes.
Peixes. O carinho, a cumplicidade e o erotismo estarão sempre bem presentes na relação.

Carta do mês
A TEMPERANÇA

GÉMEOS
21 de maio a 21 de junho

Carta do Mês: **A Temperança,** que anuncia equilíbrio e estabilidade. A sua energia está em alta e as circunstâncias tenderão a favorecê-lo, pelo que conseguirá resolver com maior facilidade assuntos pendentes e situações que preocupavam a sua mente. Procure levar a água ao seu moinho de forma ponderada, consciente e segura.

Números da sorte: **12, 15, 22, 29, 35, 36**

Amor e família

Durante a primeira quinzena do mês, Vénus encontra-se no seu signo e deixa-o muito expressivo na maneira como manifesta as suas opiniões e como partilha os seus sentimentos. Esta é uma boa fase para quem está à procura de um novo amor, mas, num relacionamento de longa data, também traz boas perspetivas para dinamizar o dia a dia e quebrar a rotina.

Saúde e bem-estar

Sentir-se-á bem e em paz consigo mesmo e será frequente pensar: "Eu mereço!" O seu espírito irradiará felicidade e será uma inspiração preciosa para transmitir força e coragem àqueles que estão à sua volta. Se sente vontade de fazer uma viagem, este período é propício para pôr em prática esse desejo. Vai saber-lhe especialmente bem andar sem destino, conhecer novos sítios e descobrir outras realidades e culturas muito diferentes da sua.

Trabalho e dinheiro

Estará muito curioso em relação a novos assuntos e desejará aprender mais, o que pode dar-lhe motivação para se inscrever num curso ou numa ação de formação, para viajar ou, simplesmente, para pesquisar e ler mais sobre áreas que desconhece. Também a comunicação está favorecida, sendo uma ótima altura para apostar mais na sua carreira e para trocar ideias com outras pessoas, que podem ajudar a alargar os seus horizontes e fazê-lo despertar para temas que desconhecia.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo

Uma vez que têm muita energia e mostram entusiasmo por tudo o que representa uma novidade, é importante estimular a sua mente através de atividades constantes e brincadeiras aliciantes. Devido ao seu evidenciado poder de comunicação, podem sentir-se atraídas por brincadeiras que evoquem profissões que implicam estar em contacto com muitas pessoas (podem gostar de brincar aos jornalistas).

Pode beneficiar com o cristal PEDRA-DO-SOL



Transmite energia e força que vão ajudar a reforçar a sua autoestima e também a evidenciar as suas qualidades.

Gémeos e os outros signos

Carneiro. Sempre que estão juntos nem dão pelo tempo a passar.
Touro. Existe alguma dificuldade de parte a parte para conseguirem chegar a consenso.
Gémeos. Andarão juntos de festa em festa, numa roda-viva que será muito estimulante.
Caranguejo. Poderá nascer uma relação divertida entre eles, pois são ambos muito criativos.
Leão. Terão uma forte cumplicidade.
Virgem. A nível familiar, será necessário fazer um grande esforço mútuo para superarem as diferenças.
Balança. Podem viver momentos inesquecíveis juntos.
Escorpião. A atração física poderá atraí-los para os braços um do outro.
Sagitário. Esta relação é intensa e divertida, cheia de encontros escaldantes e aventuras inesquecíveis.
Capricórnio. As diferenças de personalidade poderão causar conflitos difíceis de superar.
Aquário. São amigos para toda a vida, e, mesmo quando a paixão passa, mantêm a cumplicidade e o respeito.
Peixes. Poderá haver um romance caloroso entre eles.

Carta do mês
A TORRE

CARANGUEJO
22 de junho a 22 de julho

Carta do mês: : **A Torre,** que anuncia um mês de mudanças inesperadas e que podem obrigá-lo a reajustar os seus planos e expectativas. Poderá sentir-se desanimado com o fracasso de alguns projetos, mas deve encarar esta fase como um período de reestruturação interior, que vai ajudá-lo a redefinir o seu rumo para entrar no caminho certo.

Números da sorte: **7, 9, 10, 22, 33, 44**

Amor e família

Tenderá a sentir-se compreendido pelos outros e, na vida a dois, investirá no romance de forma mais intensa, dedicando maior atenção aos pormenores que contribuem para fortalecer a cumplicidade com o seu par. A vida familiar também está enfatizada e será recheada de momentos de animado convívio. Pode sentir vontade de retomar contacto com amigos com quem não está há algum tempo, recuperando laços que lhe trazem bem-estar.

Saúde e bem-estar

Aproveite o tempo livre para se dedicar a atividades que lhe tragam motivação e ânimo, organize jantares e convívios. A

onda de energia positiva é favorável para dar início a novos passatempos. Os passeios ao ar livre, especialmente perto do mar, serão muito benéficos tanto para o seu corpo como para o seu espírito. Aproveite os dias bons e quentes do fim da primavera, mas tenha alguns cuidados: hidrate-se e não se esqueça do protetor solar.

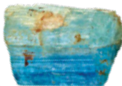
Trabalho e dinheiro

Embora não goste de mudanças – nem de surpresas –, se sentir que a sua vida profissional está estagnada é provável que, nesta época do ano, com o seu retorno solar, ganhe o impulso de que necessita para ir em busca de novos projetos, de um novo emprego ou até de uma nova carreira, com grande possibilidade de ser bem-sucedido. A sua imaginação está apurada e, aliada ao seu sentido estético, pode ajudá-lo a dar forma a ideias originais e criativas.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo

As meninas Caranguejo são muito femininas, adoram brincar com bonecas e com os produtos de beleza da mãe. Têm tendência para imitar as progenitoras, penteando-se e maquilhando-se como elas. Adoram ler livros de contos de fadas ilustrados e romances infantis. Os rapazes gostam de pregar partidas à família, embora não participem em brincadeiras ou jogos violentos. Quando são mais crescidos, os computadores fascinam-nos.

Pode beneficiar com o cristal ÁGUA-MARINHA



O cristal água-marinha é muito benéfico para purificar o seu espírito, transmitindo-lhe energia positiva, serenidade e força de vontade para manter o equilíbrio face aos desafios do dia a dia.

Caranguejo e os outros signos

Carneiro. Durante este mês, podem descobrir que têm maiores afinidades do que julgavam.
Touro. A chama da paixão não se apagará entre eles.
Gémeos. Estarão cheios de ideias e vontade de trocar impressões um com o outro, o que os fará passar muito tempo juntos.
Caranguejo. Esta relação será muito emotiva, mas, por vezes, a suscetibilidade de ambos pode levar a desavenças.
Leão. Viverão momentos de profunda harmonia, mas estes podem ser pouco duradouros.
Virgem. Esta relação é romântica, equilibrada e cheia de ternura.
Balança. Será muito fácil sentirem-se atraídos um pelo outro, devido ao romantismo que caracteriza os dois.
Escorpião. Esta relação assenta numa profunda cumplicidade e numa forte capacidade de entendimento mútuo.
Sagitário. Esta relação viverá muitos altos e baixos durante este mês, mas o saldo geral é positivo.
Capricórnio. Devem procurar compreender-se melhor um ao outro.
Aquário. Poderá haver um afastamento e uma certa frieza entre eles.
Peixes. Haverá muitos momentos de profunda harmonia entre os dois.

Carta do mês
10 DE ESPADAS



LEÃO

23 de julho a 23 de agosto

Carta do mês: 10 de Espadas, que adverte para uma certa tristeza e nostalgia, uma vez que tenderá a sentir-se mais agitado, tenso e inseguro em relação ao rumo que deve seguir e às escolhas mais acertadas para si. Estabeleça os seus limites e faça com que eles sejam respeitados, não ceda à vontade de terceiros se ela o obriga a seguir um caminho com que não concorda ou que o deixa desconfortável. É preferível fazer uma paragem e evitar tomar decisões até se sentir mais seguro e confiante em relação ao que pretende e àquilo que deve realmente fazer por si.

Números da sorte: 5, 6, 10, 28, 32, 39

Amor e família

Neste mês de junho, vai procurar dedicar-se mais à sua vida social e privilegiar o seu divertimento. A passagem do Sol, Vénus e Mercúrio no signo Gémeos traz muita rapidez à sua vida, criando mais espaço para o convívio.

Saúde e bem-estar

O cansaço e a tensão podem acumular-se nos seus braços e ombros, se não souber respeitar devidamente os seus limites. Procure relaxar os músculos fazendo alongamentos durante o dia. Uma massagem depois do trabalho pode ser também muito benéfica e fazer maravilhas pelo seu bem-estar. À noite, durma de barriga para cima, para aliviar a tensão na coluna.

Trabalho e dinheiro

Se tem um trabalho por conta própria, esta fase vai ser bastante agitada para si, mas, graças aos seus esforços, um novo negócio pode trazer-lhe o lucro que ambiciona. Se trabalha para outrem, procure estar atento às atitudes das pessoas à sua volta, pois alguém que está próximo pode não ser de confiança, havendo, inclusive, a hipótese de vir a desiludi-lo. Tenha cuidado para não se dispersar nem tomar a seu cargo demasiadas atividades de uma só vez. É importante acabar tudo aquilo que começa.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo

As crianças Leão gostam de jogos em que se podem evidenciar ou desempenhar um papel importante. Os rapazes gostam de desporto e procuram sempre assumir o comando nas brincadeiras com os amigos. As meninas são muito femininas e cativam facilmente as atenções, mas podem envolver-se em disputas para provar que ninguém lhes leva a melhor. Andam sempre bem vestidas e gostam de imitar as estrelas da televisão e da internet.

Pode beneficiar com o cristal JASPE POLICROMÁTICO



Combata a fadiga com a ajuda deste cristal que favorece o enraizamento e a ligação à fonte primordial de energia, ajudando a ter maior estabilidade, mesmo em períodos mais difíceis, e a combater o cansaço, o desânimo e a falta de motivação causada por contratempos imprevistos.

Leão e os outros signos

Carneiro. Esta relação será apaixonada e muito intensa.
Touro. Será necessário chegarem a acordo em relação a assuntos em que discordam por completo.
Gémeos. Poderão viver experiências alucinantes na companhia um do outro.
Caranguejo. Haverá um grande equilíbrio entre eles, o entendimento será fácil e natural.
Leão. A tensão gerada pelo choque de egos será difícil de ignorar.
Virgem. Têm formas diferentes de pensar, mas, no fundo, admiram-se mutuamente.
Balança. Esta relação é feliz e quase sempre harmoniosa.
Escorpião. A tensão sexual poderá ser um ponto de atração entre eles.
Sagitário. São, acima de tudo, bons amigos e companheiros inseparáveis de aventuras.
Capricórnio. Embora nem sempre se entendam, respeitam-se muito um ao outro.
Aquário. Esta relação permitirá a ambos aprenderem muito um com o outro.
Peixes. Viverão momentos de grande afeto e ternura.

Carta do mês
VALETE DE COPAS

VIRGEM
24 de agosto a 23 de setembro

Carta do mês: Valete de Copas, que anuncia um período fértil em novos contactos, que pode trazer boas surpresas à sua vida afetiva e a partilha de momentos felizes com as pessoas de quem mais gosta. Os sentimentos estarão em destaque, irá ao encontro daquilo que alegra o seu coração e procurará dedicar mais tempo também ao cuidado consigo próprio.

Números da sorte: 1, 5, 19, 25, 40, 47

Amor e família
Vários acontecimentos inesperados podem ocorrer neste período, trazendo emoções mais fortes ao seu dia a dia. À medida que o mês avança, tenderá a estar mais recetivo ao amor e mais descontraído, o que lhe permitirá retomar a confiança em si mesmo e no que sente. Na verdade, e embora nem sempre o demonstre, ser amado é o que mais precisa neste momento. Se está sozinho e disponível para amar, poderá conhecer alguém especial.

Saúde e bem-estar
O seu corpo pode ressentir-se se fizer esforços físicos para além daquilo a que está habituado. Vai sentir algumas dores nos ossos e articulações se não evitar carregar pesos ou se permanecer muitas horas seguidas em pé. O tempo ainda está instável, por isso, evite sair de casa sem um casaco, se o fizer a horas mais tardias ou de manhã ainda cedo. O seu bem-estar vai beneficiar se fizer uma viagem com a qual sonha há algum tempo. Quando regressar, vai sentir-se revigorado e renovado interiormente.

Trabalho e dinheiro
O aumento de ordenado que tanto se tem esforçado para conseguir pode finalmente concretizar-se, já que este será um mês de concretizações. As reuniões no seu trabalho vão correr bem. A sua facilidade de expressão será vantajosa para explicar aos seus superiores as suas ideias e o que está a fazer nesta altura.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
A criança do signo Virgem gosta de saber aquilo com que conta e não suporta a desordem nem as mudanças bruscas. Tem alguns brinquedos preferidos, que gosta de ter sempre no devido lugar, sem alterações à rotina. Aprecia jogos e bonecos cheios de detalhes e pequenos mecanismos, pois a sua mente curiosa fica encantada com brincadeiras que lhe permitam aprender coisas novas.

Pode beneficiar com o cristal
ÁGATA DE FOGO
Ajuda a estimular as células da memória e a revigorar a mente. Também fortalece o coração e contribui para melhorar a visão, sendo uma boa ajuda, neste período, para aumentar a sua resistência física e mental.

Virgem e os outros signos
Carneiro. Esta relação tem poucas afinidades, as diferenças falam mais alto.
Touro. Conseguem preservar o equilíbrio e a harmonia na relação, superando as diferenças através do diálogo.
Gémeos. A nível familiar, poderá haver dificuldades de entendimento entre eles.
Caranguejo. São ambos muito carinhosos um com o outro, esta relação tem uma profunda cumplicidade.
Leão. Embora às vezes não se consigam entender, haverá bastante harmonia nesta relação.
Virgem. A amizade e o respeito mútuo são os pilares em que assenta esta relação.
Balança. Estarão ambos muito frios e distantes um do outro.
Escorpião. Esta relação tem uma grande intensidade, é sólida e muito equilibrada.
Sagitário. As discussões serão constantes, são muito diferentes e nem sempre estão dispostos a fazer cedências.
Capricórnio. A nível profissional dão-se muito bem, mas no amor esta relação pode arrefecer.
Aquário. Têm algumas dificuldades para chegarem a acordo a respeito de assuntos do dia a dia, o que dificulta a relação.
Peixes. Sabem dar um ao outro o carinho que ambos procuram.

Carta do mês
6 DE PAUS

BALANÇA
24 de setembro a 23 de outubro

Carta do mês: 6 de Paus, que anuncia uma fase propícia a ganhos financeiros e a sólidas conquistas no plano material. Terá maiores oportunidades a nível profissional e poderá mostrar o que vale, o que irá ajudá-lo a alcançar metas que tinha em vista há algum tempo.

Números da sorte: 14, 21, 30, 33, 38, 45

Amor e família
Se não tem um compromisso amoroso, pode haver neste período um ponto de viragem na sua vida afetiva. Vénus, o seu planeta regente, vai passar por Gémeos, um signo que gosta de variedade e animação, por isso, prepare-se para ter uma legião de pretendentes que lhe podem bater à porta na esperança de conquistar o seu coração. Escolha quem sente que alimenta a sua alma e que respeita a sua liberdade.

Saúde e bem-estar
A sua saúde pode estar mais instável, estando mais propensa a sofrer com dores de cabeça. Durma mais horas, pois o seu corpo está exausto devido ao esforço que tem despendido nos últimos meses, de tal forma que precisará de ter maiores cuidados para poder recuperar o equilíbrio. Se tiver a possibilidade de tirar alguns dias de férias nesta fase, essa pausa da rotina e da azáfama do dia a dia será muito útil para o ajudar a restabelecer o equilíbrio.

Trabalho e dinheiro
Apesar de não ser impulsivo por natureza, tenderá a estar mais audaz, aguerrido e preparado para qualquer contratempo que possa surgir. Os seus colegas vão notar esta sua nova atitude e alguns até vão estranhar, pois habitualmente é uma pessoa apaziguadora e age sempre com muita cordialidade.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
As meninas Balança são elegantes, têm bom gosto e, desde pequeninas, são muito femininas e vaidosas. Gostam de imitar figuras públicas da televisão e da internet e fingem ser artistas e influenciadoras. Muito imaginativas, cedo mostram interesse pelo desenho, pintura, a dança ou qualquer outra atividade artística. Os meninos deste signo preferem brinquedos e jogos que apelem ao raciocínio lógico. As crianças deste signo são muito sociáveis e não gostam de brincar sozinhas.

Pode beneficiar com o cristal
AVENTURINA



Será benéfico trazer consigo um cristal aventurina, que proporciona calma e ajuda a amenizar as emoções, ajudando-o a libertar-se dos efeitos nocivos do stresse.

Balança e os outros signos
Carneiro. A cumplicidade que os une supera qualquer diferença.
Touro. Há necessidade de partilharem interesses para que a relação possa evoluir.
Gémeos. Entendem-se na perfeição, falam abertamente sobre tudo e são, sobretudo, bons amigos.
Caranguejo. Esta relação é carinhosa, mas arrefece por serem ambos muito suscetíveis.

Leão. Têm maneiras de ser muito complementares, apreciam verdadeiramente a companhia um do outro.
Virgem. Nem sempre será fácil chegarem a acordo em assuntos triviais, mas ambos evitam discutir, por isso, mantêm uma aparente harmonia.
Balança. A indecisão mútua pode gerar um impasse difícil de resolver.
Escorpião. Têm maneiras de viver bastante diferentes: um procura a adrenalina, o outro foge dos excessos.
Sagitário. Sabem instintivamente como cativar-se mutuamente e como agradar um ao outro.
Capricórnio. A frieza pode ser motivo de afastamento entre eles, pois nenhum dos dois consegue expressar abertamente o que sente.
Aquário. É uma relação aberta, liberal e livre de restrições.
Peixes. Haverá momentos muito carinhosos entre eles.



Carta do mês: Valete de Paus, que anuncia novidades trazidas por um amigo ou por pessoas próximas. Pode haver alguns imprevistos. Conte com surpresas que o ajudam a abrir novas portas e a aventurar-se por caminhos que até aqui desconhecia e que podem auxiliá-lo a expandir-se a vários níveis, estando favorecido o domínio profissional.

Números da sorte: 2, 11, 23, 30, 35, 39

Amor e família
Se tem uma relação estável, vai conseguir afastar a rotina da vida a dois. O amor está em destaque, assim como os momentos de intensa sensualidade. Mas, se está sozinho e deseja encontrar um novo amor, tenha cuidado e evite atirar-se de cabeça – pode acabar por iludir-se com alguém que apenas quer uma aventura. Na vida em família, procure ser mais complacente e evite dizer tudo o que pensa. Seja mais contido, pois está com uma maior tendência para a impulsividade e pode magoar as pessoas que ama, sem se aperceber.

Saúde e bem-estar
Poderá sofrer com dores de dentes, sendo aconselhável vigiar a saúde oral e consultar um dentista, evitando que a situação se torne mais grave. Atenção ao consumo exagerado de doces. Beba mais leite e coma alimentos ricos em cálcio, pois os seus ossos também podem estar mais frágeis e precisam dele. Pode sentir que as suas defesas andam em baixo, sendo aconselhável, nesta fase, tomar um suplemento energético que lhe dê as forças de que precisa para fazer face a todos os desafios.

Trabalho e dinheiro
Conseguirá controlar as situações e fazer com que os seus projetos se encaminhem para o rumo que lhes pretende dar. A sua assertividade está em destaque e será uma boa ajuda para conseguir pôr as suas ideias em prática e materializar as suas intenções. Rentabilize as suas capacidades da melhor forma. Se sente que o seu empenho não é reconhecido, comece a pensar numa mudança de emprego.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
A criança Escorpião é muito exigente e, como tal, nem sempre é fácil agradar-lhe. Aprecia as surpresas e tudo aquilo que ponha à prova a sua capacidade para enfrentar desafios e estar à altura das circunstâncias. Estas crianças gostam de brincadeiras originais, e, muitas vezes, as coisas mais simples são as que lhes despertam maior interesse. Gostam de atividades físicas e brincadeiras que lhes permitam correr, saltar e brincar livremente.

Pode beneficiar com o cristal SODALITE


Aconselho-lhe o cristal sodalite, que ajuda a baixar a pressão sanguínea, a acalmar o sistema nervoso e a estabilizar o funcionamento hormonal.

Escorpião e os outros signos
Carneiro. A intensidade de ambos, bem como o gosto pelo risco e pela aventura, torná-los-ão companheiros inseparáveis.
Touro. Existe uma atração sexual muito forte entre eles.
Gémeos. Esta relação é intelectualmente muito estimulante.
Caranguejo. A partilha de emoções e a intensidade afetiva tornam esta relação muito forte.
Leão. Atraem-se e afastam-se ao mesmo tempo. Esta relação oscila entre o ódio e o amor, mas não vivem um sem o outro.
Virgem. Possuem uma forte noção de compromisso afetivo, o que preserva esta relação.
Balança. São bons amigos, mas não avançam para além disso.
Escorpião. Esta relação pode ser uma verdadeira montanha-russa de emoções.
Sagitário. Haverá pouco entendimento entre eles durante este mês.
Capricórnio. Se souberem respeitar as diferenças que existem entre eles, pode haver harmonia na relação, mas é um pouco fria e mesmo distante.
Aquário. Têm posturas completamente opostas em relação a diversos assuntos, o que gera discussões constantes.
Peixes. Sabem dar um ao outro todo o carinho e paixão de que a relação precisa.



Carta do mês: 7 de Espadas, que indica que se encontra numa fase favorável ao desenvolvimento de novos planos, sonhos e projetos. Aproveite para se libertar de algumas situações e circunstâncias que estão a restringir a sua capacidade de ação e o seu poder de decisão. Reclame maior autonomia e o direito a fazer as suas escolhas de acordo com a sua vontade pessoal.

Números da sorte: 8, 11, 22, 29, 32, 34

Amor e família
O romance vai estar em alta e, se está sozinho, com o seu charme natural não será difícil encontrar quem queira partilhar novas experiências consigo e com quem pode construir uma relação gratificante. Se tem um companheiro, a cumplicidade será marcante e, se puder fazer um fim de semana romântico ou umas miniférias, a relação será fortalecida.

Saúde e bem-estar
Cuide melhor das suas pernas e pés, pois, com o excesso de atividade, poderá sentir algum desconforto. Evite passar longos períodos em pé e use calçado confortável. Esta fase também lhe pede que dê mais atenção à espiritualidade: leia livros que lhe deem novos pontos de vista sobre assuntos que cultivem o seu bem-estar interior.

Trabalho e dinheiro
No ambiente profissional, poderá ser confrontado com opiniões divergentes da sua, que irão pôr à prova a sua paciência e capacidade de lidar com as adversidades. Se está há pouco tempo num novo trabalho, pode sentir algumas dificuldades para se adaptar, mas essa fase será passageira.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo
A criança Sagitário é muito sociável e curiosa. Se quer ver o seu filho(a) contente, leve-o(a)

consigo para todo o lado. As meninas deste signo põem muitas vezes de parte as bonecas, pois preferem brincadeiras de ação e aventura. Já os rapazes Sagitário são crianças bastante ativas e, como tal, gostam de todos os jogos, desde brincar com carrinhos a encarnar heróis dos desenhos animados e dos seus programas de televisão favoritos.

Pode beneficiar com o cristal QUARTZO ROSA



Aconselho-lhe, para este mês, o cristal quartzo rosa, que tem efeitos benéficos sobre o coração e estimula a circulação sanguínea. Como é o cristal do amor, combate a tristeza provocada pelas desilusões amorosas e favorece os pensamentos positivos.

Sagitário e os outros signos

Carneiro. Existe uma grande amizade entre eles, que poderá abrir portas para um relacionamento mais profundo.
Touro. Ambos apreciam as coisas boas da vida, e isso pode aproximá-los.
Gémeos. Têm uma empatia mútua muito forte, o entendimento entre eles é espontâneo e natural.
Caranguejo. Nem sempre será fácil contornarem as diferenças que existem entre eles.
Leão. Esta relação é muito apaixonada e divertida, têm uma capacidade de entendimento natural e espontânea.
Virgem. Podem aprender muito um com o outro.
Balança. Os momentos de humor e a boa disposição são constantes na relação.
Escorpião. Têm poucas afinidades, entram em conflito por tudo e por nada.
Sagitário. O espírito de aventura faz com que vivam juntos momentos inesquecíveis.
Capricórnio. Um é rígido, o outro gosta de viver a vida em festa, e dificilmente se entendem.
Aquário. Esta relação é bastante harmoniosa e muito divertida, ambos gostam do improviso e da aventura.
Peixes. Devem fazer um esforço de parte a parte para sublimarem as diferenças.

Carta do mês
O DEPENDURADO





CAPRICÓRNIO
21 de dezembro
a 20 de janeiro

Carta do mês: **O Dependurado,** que alerta para algumas restrições à sua capacidade de ação, indicando que pode ter de fazer alguns sacrifícios e de esperar até que as circunstâncias sigam um rumo mais favorável para si. Cuide da sua saúde mental e procure passar mais tempo com as pessoas que lhe trazem equilíbrio e bem-estar.

Números da sorte: **1, 4, 6, 9, 15, 20**

Amor e família

Adivinha-se um mês muito intenso no que respeita ao amor. Poderá viver momentos românticos, e também muito sensuais, com o seu par, pois vai estar mais desinibido do que é habitual.

Saúde e bem-estar

Embora a sua saúde esteja estável, terá tendência para comer demais, o que pode resultar num aumento de peso. Procure disciplinar-se no que diz respeito à alimentação e evite fazer refeições pesadas, principalmente à noite. Faça um esforço e adote uma alimentação mais saudável. Pode ter uma acumulação de stresse, o que será nocivo para a sua saúde. É aconselhável que se dedique à prática de uma atividade desportiva regular, que lhe permita descomprimir e libertar-se da tensão.

Trabalho e dinheiro

Vai estar muito ocupado durante este mês e pode não ter muito tempo para si, mas esta é a sua oportunidade para se mostrar na área profissional, para se impor e marcar a sua posição. Procure exprimir-se de forma mais fluida e defender os seus argumentos. Na vida financeira, podem registar-se melhorias. É possível que receba um prémio pela sua dedicação e empenho, por isso, mantenha o nível de profissionalismo e eleve cada vez mais a fasquia.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo

A criança Capricórnio escolhe dois ou três brinquedos como seus prediletos e conserva-os durante por muito tempo. Gosta de jogos de construção e de todos aqueles que lhe permitem aprender mais sobre a vida dos adultos. São inteligentes e intelectuais, embora por vezes pareçam um pouco indiferentes ao que os rodeia, pois vivem as suas brincadeiras intensamente, alheados do resto.

Pode beneficiar com o cristal CORNALINA



Poderá ajudá-lo a manter um bom nível de energia e vitalidade, sendo benéfico para fortalecer o cérebro, clarificar os pensamentos e aumentar a capacidade de concentração.

Capricórnio e os outros signos

Carneiro. Devem procurar ultrapassar as desavenças que surgem entre eles, muitas vezes por motivos triviais.
Touro. Esta relação resulta muito bem a todos os níveis: familiar, profissional, amoroso e, principalmente, sexual.
Gémeos. Têm perspetivas de vida muito diferentes, o que gera tensão.
Caranguejo. Esta relação é caracterizada pela total complementaridade.
Leão. O ego de ambos é muito forte, por isso, podem entrar em disputas pelo poder.
Virgem. A necessidade de segurança que ambos têm é um ponto de aproximação.
Balança. Haverá uma boa capacidade de entendimento entre eles.
Escorpião. São amantes cúmplices e companheiros para todas as horas. Esta relação é forte e indestrutível.
Sagitário. Andarão de costas voltadas e nenhum dos dois dará o braço a torcer.
Capricórnio. São muito parecidos, o que faz com que nenhum dos dois dê o primeiro passo.
Aquário. A frieza pode afastá-los, nenhum dos dois se mostra emotivo na relação.
Peixes. Esta relação é muito carinhosa e romântica.

Carta do mês
ÁS DE OUROS





AQUÁRIO
21 de janeiro
a 19 de fevereiro

Carta do mês: **Ás de Ouros,** que anuncia equilíbrio, harmonia e paz interior, sendo também uma boa fase em questões financeiras e um período que poderá trazer-lhe maior prosperidade, tanto a nível material como no que diz respeito à riqueza interior.

Números da sorte: **4, 8, 25, 30, 47, 49**

Amor e família

Vénus, Mercúrio, Júpiter e o Sol transitam pelo signo Gémeos e influenciam a sua Casa V, ligada ao romance, à paixão, à criatividade. Gémeos é um signo que, tal como o seu, pertence ao elemento Ar, é muito cerebral e, assim como Aquário, gosta de comunicar, discutir, conversar e aprender. Poderá conhecer alguém que partilha consigo estas características, o que o deixará maravilhado. Em família, evite as discussões e os conflitos.

Saúde e bem-estar

Seja mais cuidadoso com a sua saúde durante este mês. Como é muito ativo, anda sempre de um lado para o outro e nem se apercebe que muitas vezes o seu corpo precisa de mais repouso e atenção. Não adie por mais

tempo uma ida ao médico. Faça exames como forma de prevenção de problemas futuros. Se sofre de alergias ou de qualquer outro problema respiratório, nesta fase pode haver um agravamento, por isso, previna-se tomando a medicação necessária e tendo os cuidados habituais.

Trabalho e dinheiro

Não se deixe impressionar facilmente por aquilo que lhe dizem ou que lhe querem fazer crer. Exija provas do que lhe contam e não tome atitudes precipitadas com os seu colegas. Concentre-se nas suas funções e mostre o seu valor. Acredite na sua voz interior e siga os seus instintos, mesmo que isso signifique remar contra a maré. Seja proativo, não espere que as oportunidades lhe batam à porta. Vá atrás daquilo que deseja, com entusiasmo e determinação.

As brincadeiras que mais agradam às criança deste signo

As crianças Aquário gostam de chamar a atenção dos seus pais para brincarem com elas ou somente para lhes contarem uma história. A sua forte criatividade leva-as, desde muito cedo, a inventar brincadeiras e a imaginar cenários. Gostam que lhes leiam histórias de livros de aventuras com heróis mágicos. Também apreciam muito jogos que estimulem a sua mente criativa.

Pode beneficiar com o cristal CITRINO



O cristal citrino contribui para equilibrar e harmonizar a mente e o espírito e será uma preciosa ajuda para o ajudar a tirar o melhor partido possível das suas capacidades. Este cristal facilita a cura de qualquer problema de saúde, fomentando o desenvolvimento espiritual e da capacidade criativa.

Aquário e os outros signos

Carneiro. A amizade entre eles é muito forte e sincera, juntos conseguem ir longe.

Touro. Não será fácil alcançarem a harmonia, pois os conflitos sucedem-se constantemente.

Gémeos. Esta relação é alegre, divertida e muito liberal.

Caranguejo. Têm poucas afinidades, e muitas vezes adotam posturas opostas perante as situações.

Leão. São complementares e, como tal, completam-se um ao outro.

Virgem. Terão de fazer algumas cedências mútuas para que esta relação possa dar bons frutos.

Balança. A harmonia entre eles acontece de forma muito natural, são ótimos companheiros.

Escorpião. Embora exista entre eles uma forte admiração mútua, também podem entrar facilmente em conflito.

Sagitário. Esta relação é constantemente alimentada pelo fogo da paixão, que nunca se apaga.

Capricórnio. São pessoas com objetivos de vida muito divergentes e nem sempre têm tolerância um com o outro.

Aquário. O companheirismo e a cumplicidade mantêm-nos unidos, mas, por vezes, confundem a amizade com o amor.

Peixes. Esta relação tem poucas perspetivas de sucesso, embora haja uma certa atração entre eles.



Carta do mês: **Rei de Espadas,** que indica um mês em que poderá ter maior domínio sobre as situações. Pode ser chamado a tomar decisões importantes, as quais nem sempre serão fáceis, mas confie na sua capacidade e oiça o seu coração para saber que caminho é melhor para si.

Números da sorte: **11, 17, 22, 40, 43, 49**

Amor e família

Junho vai dar um impulso positivo à sua vida familiar, trazendo ao seu dia a dia o convívio com familiares que não via há muito tempo. Na esfera amorosa, se tem um relacionamento de longa data, poderá viver momentos de grande harmonia e forte romantismo. Se tem filhos, a relação com eles será particularmente gratificante e divertida durante este período.

Saúde e bem-estar

Ao longo deste mês, a sua saúde vai depender muito do seu estado de espírito e das suas emoções. Como a sua vida sentimental e familiar tenderá a andar bem, o seu corpo e a sua saúde vão transparecer a felicidade que está a viver. Assim, não se avizinham problemas. Contudo, os jantares com os familiares e amigos podem descambar em excessos alimentares, por isso, tenha cuidado, pois pode aumentar de peso se não tiver moderação nos alimentos que come. Para compensar os excessos alimentares, faça exercício físico com maior regularidade.

Trabalho e dinheiro

Se tem uma atividade profissional que desenvolve por conta própria, ligada às artes, por exemplo, este é o momento certo para mostrar publicamente o seu trabalho. É muito provável que esse trabalho que tem vindo a fazer em casa, assim que se torne conhecido, seja do agrado geral, trazendo-lhe o rendimento e o sucesso que ambiciona. Informe-se acerca da possibilidade de expandir os seus projetos pessoais, pois tem agora as condições necessárias para começar um trabalho independente ou, até mesmo, para concretizar um sonho. O apoio de uma pessoa da sua confiança será essencial para alcançar as suas metas.

As brincadeiras que mais agradam às crianças deste signo

O seu pequeno Peixes entreter-se-á facilmente com qualquer coisa que lhe dê para brincar e fará do objeto mais simples um brinquedo lindo, pois tem uma imaginação muito forte. As meninas adoram brincar com as bonecas e imaginar que quando forem grandes serão lindas como elas. Os meninos deste signo são criativos, identificam-se com os seus heróis e têm fascínio por instrumentos musicais.

Pode beneficiar com o cristal HEMATITE



O cristal hematite ajuda a purificar o organismo e é muito útil como terapia complementar para pessoas deprimidas, pois transmite coragem e energia e proporciona maior equilíbrio emocional.

Peixes e os outros signos

Carneiro. Neste mês, haverá uma aproximação entre eles, e, se viveram um romance no passado, este poderá ser retomado.

Touro. Têm muito em comum, sabem como fazer a relação prosperar.

Gémeos. Deverá haver um esforço mútuo, caso contrário as diferenças falarão mais alto.

Caranguejo. Esta relação é plena de emoção e muito sensual.

Leão. Embora possa haver uma certa química inicial, ela pode desvanecer-se rapidamente.

Virgem. Têm total complementaridade, o que faz com que se tornem inseparáveis.

Balança. Podem ter de fazer esforços para irem ao encontro daquilo de que o outro precisa numa relação.

Escorpião. O caráter protetor de Escorpião agrada a Peixes.

Sagitário. Têm algumas afinidades, nomeadamente o gosto pela música e pelas saídas com amigos.

Capricórnio. Sabem proporcionar estabilidade e segurança um ao outro.

Aquário. Poderá nascer uma bonita amizade entre eles.

Peixes. São tão sonhadores que podem viver um romance de conto de fadas.

CHORRILADA chilena

• 4 a 5 batatas grandes • 500 g de carne de vaca ou porco • 1 cebola grande • 2 dentes de alho • 4 ovos • azeite • sal • pimenta

Descasque as batatas e corte-as em palitos para fritar. **Lave-as** bem, seque-as com papel absorvente e frite-as em óleo abundante, até que fiquem douradas e crocantes. Depois de prontas, retire-as e deixe-as escorrer. Numa frigideira, aqueça um pouco de azeite. **Adicione** a cebola e os alhos e refogue até estejam macios e levemente dourados. **Retire** e reserve. Na mesma frigideira, adicione um pouco mais de azeite, se necessário, e grelhe a carne até ao ponto desejado. **Tempere** com sal e pimenta a gosto. **Retire** a carne e deixe descansar por alguns minutos antes de fatiá-la. Ainda na mesma frigideira, adicione um pouco mais de azeite, se necessário, e estrele os ovos, deixando a gema mole. **Tempere** os ovos com sal e pimenta a gosto. **Monte** o prato na frigideira que usou para preparar a refeição: faça uma cama com as batatas fritas, disponha por cima as fatias de carne e cubra com a cebola refogada. **Finalize** a *chorrilada* com os ovos estrelados. **Sirva** imediatamente, enquanto estiver quente.



CRISTAS de Galo de Vila Real

Para a massa: 1 ovo • 1 pitada de sal • 125 g de banha • 500 g de farinha de trigo • água q.b. **Para o recheio:** 1 c. (café) de canela • 1 maçã ácida • 100 g de miolo de amêndoa, pelada e moída • 250 g de açúcar • 30 g de toucinho gordo • 7 gemas • açúcar para polvilhar

Comece por preparar a massa. **Peneire** a farinha para uma tigela, junte o sal, a banha, o ovo e um pouco de água. **Trabalhe** bem até a massa ganhar elasticidade e não se pegar às mãos. **Deixe** a massa descansar durante, pelo menos, meia hora. Entretanto, prepare o recheio. **Leve** o açúcar ao lume com a quantidade de água suficiente para o cobrir e deixe ferver até atingir o ponto de pérola (quando a calda, ao correr, formar um fio ligeiramente preso, com uma bola na ponta, semelhante a uma pérola). **Junte** o miolo de amêndoa, o toucinho e a maçã, também ralados, e deixe cozer até fazer estrada e o preparado endurecer bem. **Retire** do lume, deixe arrefecer e junte as gemas batidas com a canela, mexendo sempre. **Reserve.** **Estenda** a massa, com o rolo, sobre uma superfície polvilhada com farinha, até ficar com uma espessura fina. **Corte** circunferências da massa e deite sobre elas 1 c. (sobremesa) de recheio. **Dobre** os pastéis em meias-luas, unindo as duas partes da massa, fazendo pressão nas pontas para aderir melhor. Com uma faca ou uma carretilha, faça bicos no lado arredondado dos pastéis, para que, depois de cozidos, fiquem com o aspeto de cristas de galo. **Disponha** os pastéis em tabuleiros untados e leve a cozer em forno quente (± 200 ºC), cerca de 20 minutos. **Polvilhe** com açúcar logo que saiam do forno.

PIZA de pera, queijo e mel

• 350 g de massa de piza de longa fermentação • 80 g de queijo (*camembert, brie* ou *gorgonzola*) • 8 fatias de queijo mozarela • 2 peras grandes, maduras, mas firmes • mel • 50 g de miolo de noz • tomilho para polvilhar



Estique a massa numa superfície enfarinhada, com cerca de 35 centímetros, e deixando o bordo da massa mais espesso. **Coloque** a massa numa forma levemente untada. **Faça** a cobertura. **Passe** um fio de mel sobre a massa e, em seguida, espalhe as oito fatias de mozarela de forma circular, cobrindo toda a piza e respeitando a borda de 1 centímetro. **Fatie** as peras bem finas e coloque-as sobre a piza. **Coloque** um pedacinho de queijo à escolha (*camembert, brie* ou *gorgonzola*) sobre cada fatia de pera e leve a piza a assar em forno preaquecido (acima de 250 ºC) cerca de 10 minutos. **Retire** a piza do forno quando estiver corada, regue com um generoso fio de mel, polvilhe com o miolo de noz picado e o tomilho. **Sirva** de imediato.



DICA
Pode decorar esta tarte com fruta a gosto

Massa de piza de longa fermentação

• 1 kg de farinha de trigo • 600 ml de água • 3 g de fermento seco • 30 g de sal

Reserve um pouco da água para dissolver o sal. **Coloque** a restante água numa tigela e acrescente os ingredientes secos aos poucos. Quando tiver acrescentado 500 g de farinha, adicione a água com sal e depois a restante farinha. **Sove** a massa e deixe descansar num recipiente fechado por 12 horas. Depois mais 12 horas no frigorífico. **Divida** a massa fermentada em quatro partes. **Utilize** para preparar pizas ou pães.



TARTE TROPICAL DE MANGA

Para a base: 180 g de coco ralado • 100 g de caju • 2 c. (sopa) de farinha de coco • 50 ml de óleo de coco • 2 c. (sopa) de mel • 1 ovo
Para o recheio: 500 ml de polpa de manga • sumo de 2 limas • 1 saqueta de gelatina de manga • 1 embalagem de natas • 50 g de geleia de pêssego

Para a base, coloque o coco ralado, a farinha de coco, os cajus e o óleo de coco num robô de cozinha. **Triture** até obter uma areia grossa. **Adicione** o ovo e o mel e volte a triturar. **Espalhe** a mistura no fundo de uma tarteira redonda e leve ao forno, preaquecido a 160 ºC, deixando cozinhar durante 30 minutos. **Deixe** arrefecer. **Prepare,** entretanto, o recheio. **Misture** a polpa de manga, o açúcar e o sumo de lima. **Retire** 1 cháv. (chá) da polpa para uma taça e adicione-lhe a gelatina. **Leve** ao micro-ondas cerca de 2 minutos ou até a gelatina estar completamente dissolvida. **Volte** a juntar a mistura anterior à polpa de manga, adicione as natas e envolva. **Deite** o preparado para dentro da tarteira cobrindo a base de tarte. **Amorne** a geleia num tachinho e verta por cima da tarte. **Leve** ao frio, no mínimo, por 3 horas e sirva em seguida.

Bolo de cenoura com cobertura de brigadeiro

• 2 cenouras grandes
• 1 1/2 cháv. (chá) de óleo
• 3 ovos • 3 cháv. (chá) de farinha de trigo • 2 cháv. (chá) de açúcar • 1 c (sopa) de fermento em pó
Para a cobertura de brigadeiro: 395 g de leite condensado • 4 c (sopa) de chocolate em pó
• 1 c. (sopa) de manteiga

No liquidificador, coloque as cenouras descascadas e em rodelas. **Acrescente** o óleo, os ovos e bata até estar homogéneo. **Despeje** a mistura numa tigela grande e acrescente a farinha de trigo, o açúcar e misture até a massa estar bem envolvida. **Adicione** em seguida o fermento em pó e mexa delicadamente. **Verta** o preparado numa forma untada com manteiga e polvilhada com farinha e leve ao forno, preaquecido a 180 °C, cerca de 40 minutos. **Verifique** a cozedura e retire, desenformando o bolo após 5 minutos fora do forno. **Prepare** a cobertura: num tacho em lume médio, coloque o leite condensado, o chocolate em pó e a manteiga e deixe cozinhar mexendo sempre. Quando atingir um ponto espesso, mas ainda líquido, retire do fogão e regue o bolo. **Polvilhe** com decoração a gosto e sirva.

AFFOGATO rápido

• 1 café expresso • 1 bola de gelado
• bolachas para decorar

Numa taça de vidro ou uma chávena de *cappuccino*, coloque uma bola de gelado com o seu sabor preferido. **Tire** um café expresso em cima do gelado. **Sirva** de imediato acompanhado por bolachinhas de manteiga.



DICA
Se quiser que a sobremesa fique mais gulosa, unte generosamente as chávenas com creme Nutella e leve ao frigorífico por meia hora. Depois é só prosseguir com os passos da receita. Decore ainda com um *topping* da sua preferência

SUDOKU MINI

Preencha as casas vazias com algarismos de 1 a 6 de forma a que o mesmo número não se repita em cada linha, coluna e quadrado.

			2		5
					4
		1	3		
4			5		
6	5				
	2				

Grau de dificuldade: Fácil

3		6			4
4					5
	2				
2			6	4	
	6				

Grau de dificuldade: Fácil

SOPA DE LETRAS COM SETAS

Procure na grelha de letras, em todos os sentidos, inclusive na diagonal, as palavras da lista abaixo publicada.

- ↙ ABOLIR
- ↓ AFERIDO
- ↘ ÁLVEO
- ↖ CERDOSO
- ↑ CITES
- ← ENCERAR
- ↑ ENLEIO
- ↗ IRARA
- ↖ JOGARA
- ↓ MAGNETE
- ↑ MUNIRAM
- ↓ OBSTE
- ↙ ORÁVEIS
- ↖ PERSAS
- → REAGE
- ↘ TRINETO
- ← VASSALO
- → VOTANTE

U A T J I A O O P O E R N L R O D G M R V
J T R T O R A T T D A E L D S N R O E E O
R L C A B I O E E R O U S R A L E E E A G
O L S F S S S A E N E A O E N E N A A O T
E S T E T R T A R E E A O V O T A N T E E
R R A R E C N E B A R S F N G I B A R I E
C E R I R A A T S J G B E A V I O R E A E
O O R D T R G F O L E O N C T O O S A T O
E I S O A S A T A N T F J E A R R F E L C
E G A R B R L R T T E A R C A C I M M E O
E G I S O I A G E M B E E V R S V N G O L
N V R I S I O S T O R A E O D O A I E M S
S S O T O R R T E G B I I M V R M S B T L
A E I S C C V R E O S R G A V S S S R E O
R R E N O S M R L E L O A G V A O A I E E
R M L O G D A I R A A T O N I O R E S S P
S V N O I R R A R S O L N E R D D T R I C
C S E V R N I E E E S T V T A R O E R R T
I A A M A O N T C T A B R E R E A G E M A
S R E N A S U P P I I A B D O E S S T A O
N R M O R A M E G C O L A S S A V R N O E

PALAVRAS CRUZADAS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1					■						
2				■				■			
3			■						■		
4		■								■	
5							■				
6						■					
7					■						
8		■								■	
9			■						■		
10				■				■			
11							■				

HORIZONTAIS

1 – 1 – Sorvo, trago. Vara pequena. 2 – Pira, altar. Condão, dote. Goza, segura.
3 – Saliência. Tristeza. Uma (Arc.).
4 – Dando uivos. 5 – Referem. Danai.
6 – Cerume (pl.).Aselha.
7 – Enguia, eiró. Causar ânsia.
8 – Costumardes.
9 – Esses. Pequem. Retaguarda.
10 – A eles. Lamentos. 1002 (Rom.).
11 – Apelido. Graúdo (pl.).

VERTICAIS

1 – Ambiciosas.
2 – Rogo. Ontem (Arc.). Ecoe, ressoe.
3 – Nesse tempo. Deu urros. Apelido.
4 – Espreitasse.
5 – Concedias. Lavrar a terra.
6 – Remam. Põe no chão.
7 – Rei de Judá. Dês passos.
8 – Somassem.
9 – Etiópia (sigla). Rezeis. 1.500 (Rom.).
10 – De ti. Flanco. Gracejo.
11 – Suavizaríeis.

DESCUBRA AS 7 DIFERENÇAS

SOLUÇÕES *passatempos* TVmais

Na capa

2	1	9	3	5	6	4	7	8
3	4	6	9	8	7	1	5	2
7	8	5	2	1	4	9	3	6
4	9	2	5	7	3	8	6	1
8	5	7	1	6	2	3	9	4
6	3	1	8	4	9	5	2	7
5	7	3	4	2	1	6	8	9
1	6	8	7	9	5	2	4	3
9	2	4	6	3	8	7	1	5

5	9	3	7	8	1	4	2	6
7	4	1	6	2	5	3	8	9
8	2	6	9	3	4	7	1	5
4	7	8	1	5	9	6	3	2
2	6	5	4	7	3	1	9	8
1	3	9	8	6	2	5	4	7
6	5	4	3	9	8	2	7	1
3	8	2	5	1	7	9	6	4
9	1	7	2	4	6	8	5	3

6	7	5	8	9	3	1	2	4
1	2	8	6	4	7	3	5	9
4	9	3	5	1	2	7	8	6
2	1	9	7	3	4	8	6	5
8	6	7	1	5	9	4	3	2
3	5	4	2	6	8	9	7	1
5	4	2	3	7	1	6	9	8
7	8	1	9	2	6	5	4	3
9	3	6	4	8	5	2	1	7

SUDOKU COLORIDO

3	1	8	6	9	7	4	2	5
5	6	9	8	4	2	1	7	3
7	4	2	3	5	1	8	9	6
4	9	3	1	2	6	5	8	7
6	5	1	4	7	8	9	3	2
2	8	7	9	3	5	6	1	4
8	3	5	7	6	9	2	4	1
1	2	4	5	8	3	7	6	9
9	7	6	2	1	4	3	5	8

FÁCIL

8	2	7	5	1	3	6	4	9
3	6	1	9	4	2	8	7	5
4	9	5	8	7	6	3	1	2
7	4	6	2	5	8	9	3	1
9	5	2	6	3	1	4	8	7
1	8	3	7	9	4	2	5	6
5	1	4	3	6	9	7	2	8
6	7	8	4	2	5	1	9	3
2	3	9	1	8	7	5	6	4

MÉDIO

9	7	2	4	1	6	8	5	3
6	4	1	8	5	3	7	2	9
3	5	8	7	2	9	4	1	6
2	3	7	6	4	5	9	8	1
1	6	4	2	9	8	3	7	5
5	8	9	3	7	1	2	6	4
7	2	3	5	6	4	1	9	8
8	9	5	1	3	7	6	4	2
4	1	6	9	8	2	5	3	7

DIFÍCIL

SUDOKU MINI

3	4	6	2	1	5
2	1	5	6	3	4
5	6	1	3	4	2
4	3	2	5	6	1
6	5	4	1	2	3
1	2	3	4	5	6

FÁCIL

5	4	2	1	3	6
3	1	6	5	2	4
4	3	1	2	6	5
6	2	5	4	1	3
2	5	3	6	4	1
1	6	4	3	5	2

FÁCIL

SOPA DE LETRAS COM SETAS

PALAVRAS CRUZADAS

G	O	L	E	■	V	A	R	E	T	A
A	R	A	■	D	O	M	■	T	E	M
N	O	■	M	A	G	O	A	■	U	A
A	■	U	I	V	A	N	D	O	■	C
N	A	R	R	A	M	■	I	R	A	I
C	E	R	A	S	■	A	S	E	L	A
I	R	O	S	■	A	N	S	I	A	R
O	■	U	S	A	R	D	E	S	■	I
S	S	■	E	R	R	E	M	■	R	E
A	O	S	■	A	I	S	■	M	I	I
S	E	A	B	R	A	■	U	D	O	S

DESCUBRA AS 7 DIFERENÇAS

CRUZADEX

■	P	■	V	■	R	A	I	V	A	R
F	I	X	A	R	A	■	N	■	D	■
■	P	■	C	■	M	I	C	R	O	N
R	A	S	A	R	A	■	A	■	Ç	■
U	■	U	■	■	D	O	U	R	A	R
B	A	I	A	■	A	■	T	■	R	■
I	■	Ç	■	E	S	C	A	P	A	M
S	U	A	I	■	■	E	■	A	■	I
■	M	■	C	E	R	T	A	M	E	N
P	A	N	E	■	■	R	■	P	■	T
■	S	■	I	G	N	O	R	A	D	A

CRIPTOCRUZADA EM BRANCO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
O	P	A	M	F	U	D	R	V	J	G	S

13	14	15	16	17	18	19	20
I	E	L	C	■	T	N	B



Proprietária/Editora:
TRUST IN NEWS, UNIPESSOAL LDA.
Sede: Rua da Fonte da Caspolima
- Quinta da Fonte
Edifício Fernando Magalhães, nº 8
2770-190 Paço de Arcos
NIPC: 514674520.
Gerência da TRUST IN NEWS: Luís Delgado, Cláudia Serra Campos, Filipe Passadouro.
Composição do Capital da Entidade Proprietária: 10.000,00 euros.
Principal acionista: Luís Delgado (100%)



Diretora: Sandra Cerqueira scerqueira@tvmais.pt
Diretora Adjunta: Ana Rita Santos arsantos@trustinnews.pt
Diretora de Arte: Alexandra Belmonte abelmonte@trustinnews.pt
Editora: Vanda Ladeiras vladeiras@tvmais.pt
Redação: Ana Isabel Almeida aialmeida@tvmais.pt
Filomena Araújo maraujo@trustinnews.pt
Nuno Pires npires@tvmais.pt
Fotografia: João Lemos (Subeditor), José Oliveira
Arte: Paula Rodrigues (Coordenadora) prodrigues@tvmais.pt,
Célia Marques cmmarques@tvmais.pt
e Mariana Aguiar maguiar@tvmais.pt
Revisão: Maria José Barbosa mjbarbosa@telenovelas.pt
Secretariado: Filipa Neto fneto@trustinnews.pt
Colaboradores: Cláudio Ramos, Fernando Mesquita, Hernâni Carvalho e Luís Coelho

Redação, Administração e Serviços Comerciais:
Taguspark
Avenida Jacques Delors, Edifício Inovação 3.1
Espaço nº 511/512
2740-122 Porto Salvo – Telef.: 218 705 000
Delegação Norte: CEP – Escritórios
Rua Santos Pousada 441 – sala 206/208
4000-486 Porto – Telef.: 220 993 810

MARKETING E PUBLICIDADE:
Diretora: Vânia Delgado (vdelgado@trustinnews.pt)

Publicidade:
Diretora Coordenadora:
Sofia Cruz (scruz@trustinnews.pt),
Gestoras de Marca:
Daniela Pereira (dpereira@trustinnews.pt)
e Elsa Tomé (etome@trustinnews.pt)
Assistentes Comerciais: Elisabete Anacleto (eanacleto@trustinnews.pt)
e Florbela Figueiras (ffigueiras@trustinnews.pt)

Delegação Norte:
Gestora de Marca: Margarida Vasconcelos (mvasconcelos@trustinnews.pt)
Assistente Comercial:
Carla Dinis (cmdinis@trustinnews.pt)
Telef.: 218 705 000 (Lisboa)
220 990 052 (Norte).

Marketing:
Gestora de marca: Marta Emídio (memidio@trustinnews.pt)

Coordenador de Digital e Parcerias:
Hugo Lourenço Furão (hfurao@trustinnews.pt)

Coordenadora de Branded Content:
Carolina Almeida (cmalmeida@trustinnews.pt)

Tecnologias de Informação:
Diretor: João Mendes (jmendes@trustinnews.pt)

Produção e Circulação:
Diretor: Vasco Fernandez
Coordenador de Produção: Pedro Guilhermino
Produtores: Nuno Carvalho,
Nuno Gonçalves e Paulo Duarte
Coordenadora de Circulação: Isabel Anton

Assinaturas:
Coordenadora: Helena Matoso

Serviço de apoio ao assinante:
Telef.: 21 870 50 50 (Dias úteis das 9h às 19h)
Custo de chamada para a rede fixa, de acordo com o seu tarifário

Impressão: Lisgráfica – Estrada de São Marcos, nº 27 S. Marcos – 2735-521 Cacém

Distribuição: VASP – MLP, Media Logistics Park, Quinta do Grajal – Venda Seca, 2739-511 Agualva-Cacém
Telef.: 214 337 000
Pontos de Venda: contactcenter@vasp.pt
Telef.: 808 206 545 – Fax: 808 206 133

Tiragem média em abril: 14.800 exemplares
Registo na ERC com o nº 116 514
Depósito Legal nº 62604/93 – ISSN nº 0872 – 3559

Estatuto editorial disponível no *site* holofote.pt
Para consultá-lo use o seguinte *link*:
https://holofote.sapo.pt/capas/2015-11-02-estatuto-editorial-da-revista-tvmais-1/

cartas dos leitores

A MELHOR DA SEMANA

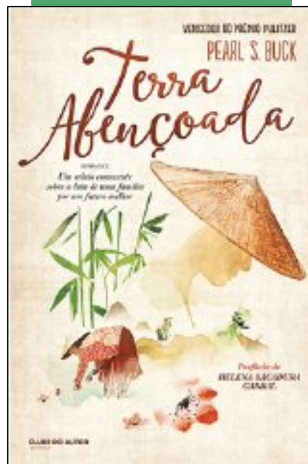
Programa viciante

Devo confessar que "Casados à Primeira Vista" não é o tipo de programas que costumo ver, mas quem resiste a uma boa festa de casamento? E a ver todo o processo de preparação? Simplesmente maravilhoso! Até agora, gostei de todos os casais, tendo a minha preferência pelo par Paulo e Inês. São lindos, tranquilos e com uma história de vida com que muitos se identificam. E, claro, adoro a nossa eterna "noiva" Diana Chaves, sempre com vestidos lindíssimos uma palavra amiga e brincalhona. Estou viciada neste programa! Parabéns à SIC e a toda a equipa.

M. Irene Costa, Amadora

ESTA OFERTA É PARA SI!

Se gosta de bons romances não pode perder este: "Terra Abençoada", de Pearl S. Buck, autora norte-americana premiada com o Nobel da Literatura. O livro, cujo prefácio é de Helena Sacadura Cabral, é gentilmente oferecido pela editora Clube do Autor ao leitor cuja carta seja a melhor da semana.



Futura estrela da TV

É isso que **Catarina Miranda** ambiciona ser, como fiquei a saber através da entrevista exclusiva publicada na **TvMais,** e pode contar com todo o meu apoio, já que sou sua fã. Terá em mim um telespectador fiel. Força!

Gonçalo P., por *e-mail*



ESTA SECÇÃO É SUA! Se quer fazer sugestões, críticas e pedidos sobre televisão, escreva-nos por *e-mail* (tvmais@trustinnews.pt) ou por correio. A melhor carta da semana recebe esta oferta. Mãos à obra!



O SEXÓLOGO RESPONDE

Fernando Mesquita

EXCITO-ME COM RAPAZES BONITOS

Aos 16 anos, tenho dúvidas sobre a minha sexualidade, visto que namoro com uma rapariga linda, mas excito-me com rapazes bonitos. O que me aconselha a fazer? Devo ser honesto desde já e deixar a minha namorada? Estou confuso e preciso de ajuda.

Inácio, Ericeira

Caro leitor, a sexualidade humana é incrivelmente diversa, repleta de fantasias, desejos e práticas sexuais que variam de pessoa para pessoa. Um marco importante nesta área foi realizado na década de 1940 nos Estados Unidos da América, quando Alfred Kinsey conduziu um dos maiores estudos sobre os comportamentos sexuais. Kinsey desenvolveu uma escala de orientação sexual, que vai de 0 a 6, onde 0 representa pessoas com comportamento exclusivamente heterossexual e 6 indivíduos com comportamentos exclusivamente homossexuais. No nível 3 encontram-se os bissexuais, enquanto os outros níveis representam pessoas que, apesar de terem comportamentos predominantes de uma orientação, também manifestam comportamentos ou pensamentos da outra orientação. É importante compreender que a orientação sexual não se limita a comportamentos físicos, também inclui a atração emocional e estética. Independentemente da sua orientação sexual, aceite a sua sexualidade como um aspeto positivo.



SE TIVER ALGUMA DÚVIDA

**Envie um *e-mail* para tvmais@trustinnews.pt ou escreva para:
TvMais/Consultório de Sexo
Taguspark
Avenida Jacques Delors,
Edifício Inovação 3.1
Espaço nº 511/512
2740-122 Porto Salvo**

MASTURBAÇÃO

MUITO ALÉM DO PRAZER

Não é apenas no orgasmo que tem de se focar. A sua saúde beneficia (e muito!) com esta prática

FOTOS: **DREAMSTIME**

A solo ou em boa companhia, a estimulação dos órgãos genitais pode ser feita manualmente ou com o recurso a brinquedos sexuais. Se antigamente era arriscado deixá-los à vista, hoje em dia são tão estilizados que podem ficar esquecidos na mesa de cabeceira, sem fazer corar. Veja os benefícios para a saúde que obtém através da masturbação e inspire-se nas nossas sugestões de acessórios eróticos. ■



PARA ELE

ANEL
Em tamanho de viagem, este anel vibrador cabe em qualquer bolso e também proporciona vibrações intensas para o pénis graças aos três motores de potência. É revestido por uma capa de silicone macia e amiga da pele.
Ring Stroker, da Satisfyer, a partir de € 49,95



OVO
Minimasturbador masculino, muito discreto, que inclui um pequeno pacote de lubrificante. Os desenhos impressos na embalagem detalham a textura dentro do masturbador.
Ovo Creator, da Tenga, a partir de € 8,99



MASTURBADOR
O Flight Pilot estimula o pénis devido à abertura que imita a forma da vagina e torna a masturbação mais intensa. Momentos únicos de prazer semelhantes a uma relação sexual com um objeto discreto.
Masturbador Flight Pilot, da Fleshlight, a partir de € 39,10



CONHECER O PRÓPRIO CORPO PERMITE UMA VIDA SEXUAL PLENA

1. DESPERTA AS HORMONAS BOAS

Quando o corpo chega ao clímax durante a masturbação, o cérebro entra num frenesim de atividade, libertando hormonas boas: a dopamina, relacionada com a felicidade, a oxitocina, ligada ao amor, a serotonina, associada ao relaxamento, sem esquecer a endorfina, que também é conhecida como a hormona do bem-estar.

2. AUMENTA A AUTOESTIMA

A oxitocina, uma das hormonas boas, tem um grande impacto na autoestima e, quando ativada, permite que a pessoa se sinta mais segura e confiante. De certa forma, a maneira como olhamos para nós próprios passa a ser com uma lente de aumentar e não de diminuir. Sentimo-nos mais fortes e confiantes e vemos a vida de forma mais equilibrada e positiva.

3. ATENUA A DOR

Com a função de inibir os estados nervosos, o stresse e até a dor, a endorfina é uma hormona produzida pela hipófise (glândula pituitária localizada na base do cérebro) que age como um analgésico natural. Durante a masturbação, é libertada, e existem estudos que descobriram que, através dos orgasmos, as dores de cabeça e até menstruais são atenuadas.

4. MENOS ESTADOS NERVOSOS

Neste aspeto, a serotonina e oxitocina têm um papel fundamental. A primeira promove a sensação de calma e tranquilidade. A segunda reduz o cortisol (hormona corticosteroide da família dos esteroides, produzida pela parte superior da glândula suprarrenal), responsável pela resposta ao stresse.

5. CÉREBRO MAIS ATIVO E FELIZ

Os orgasmos aumentam o fluxo sanguíneo nas várias áreas do cérebro, incluindo a região sensorial, o tronco cerebral e as regiões corticais frontais. Ao estimular o fluxo sanguíneo, os orgasmos fazem com que uma onda de oxigénio inunde o cérebro, dando um impulso saudável do elemento de que ele precisa para um funcionamento mais pleno.

PARA ELA

ESTIMULADOR DE CLÍTORIS
Estimulador externo de clítoris que permite orgasmos múltiplos, uma vez que, ao contrário dos vibradores tradicionais, não adormece a área e não causa saturação.
Dot Pink, da Lelo, a partir de € 125,30



PRAZER EM FLOR
Com um *design* elegante e discreto, este sugador de clítoris apresenta a adorada tecnologia Satisfyer Air Pulse, bem como a extraordinária nova tecnologia Satisfyer Liquid Air. Escolha a cabeça Air Pulse para prazer clitoriano sem contacto ou a cabeça Liquid Air com a sua membrana fina como uma pétala que imita a onda sensual da água pulsante.
Pro2 Modern Blossom, da Satisfyer, a partir de € 22



DISCRETA VIBRAÇÃO
Livre de ftalatos e submersível, este vibrador roda a cabeça e tem uma autonomia de 12 horas. Com silicone hipoalergénico, de dupla camada e toque macio e suave, é biocompatível com as partes íntimas sem causar irritação.
Control All Night Long, da Control, a partir de € 76,03



1 de junho

Dia Mundial da Criança

Miúdos



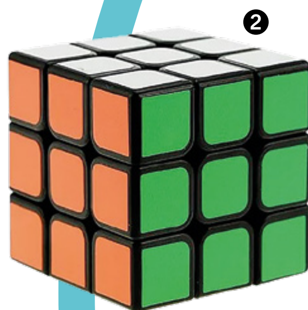
Escorrega, € 54,99, Toys "R" Us



❶



Barco de madeira, € 9, Ale-Hop



❷

1. Jogo de blocos de madeira Farm Friends, € 11,99, Nici **2.** Cubo de Rubik , € 3, Ale-Hop **3.** Jogo primeiros passos 12 em 1, € 19,99, Science4You **4.** *Puzzle* de 500 peças, da Clementoni € 12,99, Continente **5.** Areia cinética com aromas e cores variadas, € 5,99, Toys "R" Us



❸



Sandálias, € 9,99, MO

❹





Corda de saltar colorida, € 5, Ale-Hop



Capacete Hello Kitty, € 24,99, Toys "R" Us



Trotinete ajustável e dobrável, € 55,99, Toys "R" Us

❺



felizes!

Nesta data tão especial, ofereça aos mais novos presentes que proporcionem muita diversão e momentos inesquecíveis

FOTOS: **DIVULGAÇÃO**



T-shirt, € 6,39, Nici



Boia flamingo rosa, da Zoko, € 8,99, Continente



7

6



8



Minicâmara digital infantil HD, € 31,99, Science4You



9



10



11

6. Peluche Ovelha Choné, € 35,99, Nici
7. Jogo Ser *Influencer*, € 19,99, Toys "R" Us
8. Blocos para montar Brontossauro, € 3, Ale-Hop
9. Camião amarelo, € 2, Ale-Hop
10. Caneca, € 5,59, Nici
11. Casinha da Porquinha Peppa, € 119,99, Toys "R" Us

ATENÇÃO: OS PREÇOS APRESENTADOS ESTÃO SUJEITOS A ALTERAÇÃO

PROGRAMAÇÃO

NOTA: As alterações posteriores ao fecho desta edição são da inteira responsabilidade dos canais

QUINTA 30



06.00 Bom Dia Portugal
10.00 Missa do Corpo de Deus
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Hora da Sorte – Lotaria Popular
14.30 Escrava Mãe
15.30 A Nossa Tarde
17.30 Portugal em Direto
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.15 O Preço Certo
19.59 Telejornal
21.30 Joker
22.30 Eleições Europeias – Debate Partidos Sem Assento Parlamentar



07.00 Zig Zag
12.15 Harry Wild
14.00 Sociedade Civil
15.00 A Fé dos Homens
15.30 Terra de Leões
16.00 Seas in Motion
17.00 Zig Zag
21.15 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
20.35 A Camarga, Selvagem e Frágil
21.30 Jornal 2
22.00 Hotel à Beira-Mar
22.50 Leon Lewis, Um Espião de Hollywood Contra os Nazis



06.00 Edição da Manhã
08.10 Alô Portugal
09.45 Casa Feliz
13.00 Primeiro Jornal
14.45 Feriadão
16.00 Júlia
18.15 Morde & Assopra
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.15 Casados à Primeira Vista
20.00 Jornal da Noite
22.00 Senhora do Mar
23.00 Papel Principal
23.45 Casados à Primeira Vista



06.15 Diário da Manhã
09.55 Dois às 10
12.58 TVI Jornal
14.15 TVI Em Cima da Hora
15.00 A Sentença
15.30 Goucha
17.15 Big Brother
19.00 Tempo de Antena
19.15 Big Brother
19.45 A TVI Dá
19.57 Jornal Nacional
21.15 Big Brother
21.45 Cacau
22.30 Festa é Festa
23.45 Big Brother

SEXTA 31



06.00 Bom Dia Portugal
10.00 Praça da Alegria
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Escrava Mãe
15.30 A Nossa Tarde
17.30 Portugal em Direto
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.15 O Preço Certo
19.59 Telejornal
20.45 A Prova dos Factos
21.45 Futebol (Qualificação Europeu Feminino 2025): Portugal–Irlanda do Norte
22.45 Liberdade 25 – Sérgio Godinho & Os Assessores



07.06 Zig Zag
12.15 Harry Wild
14.00 Sociedade Civil
15.04 A Fé dos Homens
15.30 Terra de Leões
16.00 O Abominável Mistério das Flores
20.15 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
20.35 A Camarga, Selvagem e Frágil
21.30 Jornal 2
22.00 Hotel à Beira-Mar
22.55 Filme: "Tenho Sonhos Eléctricos"

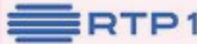


06.00 Edição da Manhã
08.10 Alô Portugal
09.45 Casa Feliz
13.00 Primeiro Jornal
14.15 Linha Aberta
16.00 Júlia
18.10 Morde & Assopra
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.15 Casados à Primeira Vista
19.57 Jornal da Noite
22.00 Senhora do Mar
23.00 Papel Principal
23.15 Casados à Primeira Vista
00.45 Travessia



06.15 Diário da Manhã
09.55 Dois às 10
12.58 TVI Jornal
14.10 TVI Em Cima da Hora
14.50 A Sentença
15.30 A Herdeira
16.15 Goucha
17.30 Big Brother
19.00 Tempo de Antena
19.15 Big Brother
19.57 Jornal Nacional
21.15 Cacau
22.45 Festa é Festa
23.45 Big Brother
02.15 O Beijo do Escorpião

SÁBADO 1



08.00 Bom Dia Portugal
10.00 A Aventura de David Attenborough pelo Mundo
11.00 Hora dos Portugueses
12.00 Guerreiras pela Natureza
12.30 Por Amor à Tradição
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Voz do Cidadão
15.30 Chefs da Nossa Terra
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.59 Telejornal
21.00 Alguém Tem de o Fazer
22.00 MasterChef Júnior



08.00 Zig Zag
15.00 Taça de Portugal de Andebol
16.50 Biosfera
17.25 Taça de Portugal de Andebol
19.15 Faça Chuva Faça Sol
19.45 Ensaio
20.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
20.35 Pelos Céus
21.30 Jornal 2
23.45 Filme: "Soldado Milhões"



06.45 Médico da Casa
07.35 Caixa Mágica
09.30 Alô Marco Paulo
12.10 Nosso Mundo
13.00 Primeiro Jornal
14.30 Alta Definição
15.15 E-Especial
16.00 Olhá SIC!
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.30 Olhá SIC!
19.57 Jornal da Noite
21.45 Terra Nossa
23.30 Casados à Primeira Vista – A Semana
02.15 Levanta-te e Ri



07.45 O Inspector Max
09.00 Querido, Mudei a Casa!
13.00 TVI Jornal
14.00 TVI Em Cima da Hora
14.30 A Sentença
15.00 Em Família
18.00 Big Brother
19.00 Tempo de Antena
19.30 Jornal Nacional
19.45 Futebol (Liga dos Campeões): Borússia de Dortmund–Real Madrid
22.30 Festa é Festa
23.45 Big Brother – A Semana

DOMINGO 2



08.00 Bom Dia Portugal
10.30 Eucaristia Dominical
11.30 Aqui Portugal
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Missão: 100% Português
15.15 Aqui Portugal
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.30 Aqui Portugal
19.59 Telejornal
21.15 The Voice Kids
01.15 Filme: "Licença para Viver"



08.00 Zig Zag
15.00 Desporto 2
16.30 Caminhos
16.55 70x7
17.25 Taça de Portugal de Andebol
19.40 Temos Programa
20.15 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
20.45 ABC Direito Europa
21.00 Atrasos de Vida
21.30 Jornal 2
22.00 Sissi
22.55 John Grant no Misty Fest



06.40 Uma Aventura
07.35 Passadeira Vermelha
09.10 Casa Feliz
12.05 Vida Selvagem
13.00 Primeiro Jornal
14.10 Fama Show
14.45 Domingão
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.30 Domingão
20.00 Jornal da Noite
21.30 Isto é Gozar com Quem Trabalha
22.15 Casados à Primeira Vista



08.00 Inspector Max
10.00 Grandes Maravilhas do Mundo
11.00 Missa
12.30 Mesa Nacional
12.58 TVI Jornal
14.00 Somos Portugal
19.00 Tempo de Antena
19.00 Somos Portugal
19.57 Jornal Nacional
21.30 Big Brother – Gala
00.30 Big Brother – Ligação à Casa

SEGUNDA 3



06.00 Bom Dia Portugal
10.00 Praça da Alegria
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Hora da Sorte – Lotaria Clássica
14.30 Escrava Mãe
15.30 A Nossa Tarde
17.30 Portugal em Direto
19.00 Campanha Eleitoral – Europeias 2024
19.15 O Preço Certo
19.59 Telejornal
21.00 A Conspiração
22.00 Joker
23.00 100 ou Mais
00.30 S.W.A.T. Força de Intervenção



07.00 Zig Zag
14.00 Sociedade Civil
15.00 A Fé dos Homens
15.30 Portugueses pelo Mundo
16.00 Águas Pouco Profundas: Quando a Natureza Regressa
17.00 Zig Zag
20.15 Campanha Eleitoral – Europeias 2024
20.35 O Arco do Triunfo: Paixão de uma Nação
21.30 Jornal 2
22.00 Hotel à Beira-Mar
22.50 Visita Guiada
23.35 Filme: "As Lágrimas Amargas de Petra von Kant"



08.30 Alô Portugal
09.50 Casa Feliz
13.00 Primeiro Jornal
14.15 Linha Aberta
16.15 Júlia
17.45 Morde & Assopra
18.15 Terra e Paixão
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.15 Casados à Primeira Vista
20.00 Jornal da Noite
22.00 Senhora do Mar
23.00 Papel Principal
23.45 Casados à Primeira Vista
00.45 Travessia



06.15 Diário da Manhã
09.55 Dois às 10
12.58 TVI Jornal
14.10 TVI Em Cima da Hora
14.50 A Sentença
15.30 A Herdeira
16.15 Goucha
17.30 Big Brother
19.57 Jornal Nacional
21.15 Big Brother
21.45 Cacau
22.45 Festa é Festa
23.45 Big Brother
02.15 Deixa que Te Leve

TERÇA 4



06.00 Bom Dia Portugal
10.00 Praça da Alegria
12.59 Jornal da Tarde
14.30 Escrava Mãe
15.30 A Nossa Tarde
17.30 Portugal em Direto
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.15 Telejornal
19.45 Europeu 2024 (Jogo de preparação): Portugal–Finlândia
21.45 Joker
23.45 Filme: "Amadeo"
00.30 S.W.A.T.: Força de Intervenção



07.06 Zig Zag
13.30 Viva Saúde
14.00 Sociedade Civil
15.00 A Fé dos Homens
15.30 Portugueses pelo Mundo
16.00 Tailândia: Ilhas Paradisíacas
17.00 Zig Zag
20.15 Campanha Eleitoral – Europeias 2024
20.35 Concorde: A História Não Contada
21.30 Jornal 2
22.00 Hotel à Beira-Mar
22.55 Caiu
22.55 Filme: "Questo è un Uomo"



08.30 Alô Portugal
09.50 Casa Feliz
13.00 Primeiro Jornal
14.15 Linha Aberta
16.15 Júlia
17.45 Morde & Assopra
18.15 Terra e Paixão
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.15 Casados à Primeira Vista
19.57 Jornal da Noite
22.00 Senhora do Mar
23.00 Papel Principal
00.15 Casados à Primeira Vista



06.15 Diário da Manhã
09.55 Dois às 10
12.58 TVI Jornal
14.10 TVI Em Cima da Hora
14.50 A Sentença
15.30 A Herdeira
16.15 Goucha
17.30 Big Brother
19.57 Jornal Nacional
21.15 Big Brother
21.45 Cacau
22.45 Festa é Festa
23.45 Big Brother
01.45 Autores

QUARTA 5



06.00 Bom Dia Portugal
10.00 Praça da Alegria
12.59 Jornal da Tarde
14.15 Escrava Mãe
15.30 A Nossa Tarde
17.30 Portugal em Direto
19.00 Campanha Eleitoral – Eleições Europeias 2024
19.15 O Preço Certo
19.59 Telejornal
21.00 Primeira Pessoa
21.30 Joker
22.30 Cá por Casa com Herman José
00.00 Anatomia de Grey
01.30 Janela Indiscreta



07.00 Zig Zag
12.10 Harry Wild
13.00 Portugal, Uma Casa para Todos
14.00 Sociedade Civil
15.00 A Fé dos Homens
15.30 Terra de Leões
16.00 Seas in Motion – Wonders of the North Sea
17.00 Zig Zag
20.15 Campanha Eleitoral – Europeias 2024
20.35 Aux Frontieres de la Histoire: La France
21.30 Jornal 2
22.00 Hotel à Beira-Mar
22.55 Moda: A Revolução da Moda Italiana



08.30 Alô Portugal
09.50 Casa Feliz
13.00 Primeiro Jornal
14.15 Linha Aberta
16.15 Júlia
17.45 Morde & Assopra
18.15 Terra e Paixão
19.00 Tempo de Antena – Europeias 2024
19.15 Casados à Primeira Vista
20.00 Jornal da Noite
22.00 Senhora do Mar
23.00 Papel Principal
23.45 Casados à Primeira Vista



06.15 Diário da Manhã
09.55 Dois às 10
12.58 TVI Jornal
14.10 TVI Em Cima da Hora
14.50 A Sentença
15.30 A Herdeira
16.30 Goucha
17.45 Big Brother
19.57 Jornal Nacional
21.15 Big Brother
21.45 Cacau
22.45 Festa é Festa
23.45 Big Brother
02.15 Deixa que Te Leve

DESTAQUES

RTP1 • SÁBADO, 1 • 22.00 H
"MasterChef Júnior"

Pedro Pena Bastos, Teresa Horta Colaço e Óscar Geadas vão avaliar os jovens talentos na cozinha.



RTP2 • DOMINGO, 2 • 22.00 H
"Sissi"

Série alemã de seis episódios que retrata a vida da famosa imperatriz da Áustria.



SIC • QUINTA, 30 • 14.45 H
"Feriadão"

A atriz **Melânia Gomes** é um dos rostos desta tarde de muita música e boa disposição.



TVI • SÁBADO, 1 • 19.45 H
Futebol: Borússia de Dortmund–Real Madrid

Jude Bellingham é uma das estrelas que vai brilhar no relvado do Estádio de Wembley, em Londres.



TAYLOR SWIFT

como as vidas das

NEM TUDO

Fenómeno de popularidade inacreditável, como Portugal testemunhou nos dias 24 e 25 de maio, quando esteve no nosso país para dois concertos, a artista não é imune às polémicas, como o canal TLC mostra

FOTOS: **DIVULGAÇÃO**

"TAKING ON TAYLOR SWIFT"
• TLC • ESTREIA: SÁBADO, 1 • 22 H

Ninguém tem dúvidas de que Taylor Switf é, aos 34 anos, uma das maiores estrelas musicais do mundo. A carreira recheada de êxitos e prémios traduz-se em muitos milhões de euros e numa inacreditável – e muito fiel – legião de fãs que até já ganhou nome, Swifties. Esteve em Portugal para dois concertos, a 24 e 25 de maio, no Estádio da Luz, e "parou" Lisboa, dando conta do seu enorme poder no que à popularidade diz respeito e provando que tem muitos admiradores também no nosso país. Contudo, nem a artista norte-americana idolatrada à escala planetária e que tantos influencia escapa às polémicas, e é isso mesmo que o canal TLC lhe mostra a 1 de junho, dia em que estreia "Taking on Taylor Swift". Trata-se de um documentário que analisa exaustivamente os desafios legais e éticos que envolvem a criação musical, centrando-se numa ação judicial interposta por Sean Hall e Nathan Butler contra a cantora, em 2017. Em causa está refrão do êxito musical de Swift "Shake It Off", que Hall e Butler alegaram estar diretamente relacionado com a música "Playas Gon' Play", escrita por ambos e tornada famosa pelo grupo feminino 3LW.
"Taking on Taylor Swift", documentário que explora o duelo entre a criatividade artística e a proteção de propriedade intelectual na indústria da música, conta com testemunhos exclusivos e contributos de renomados profissionais da área, bem como de jornalistas especializados. Analisa a fundo as implicações legais, éticas e culturais deste caso, mas revela ainda outras disputas semelhantes envolvendo grandes estrelas da música pop. Será Taylor Swift inocente neste processo? As opiniões vão dividir-se, mas uma coisa fica clara: há espinhos neste mar de rosas em que a popular artista navega. ■





O tema "Shake It Off", de Taylor Swift, está no centro da polémica, com Sean Hall a declarar: "Senti-me como se tivesse chegado a casa e esta tivesse sido assaltada"

e NICK CARTER

estrelas não são perfeitas

SÃO ROSAS



A série documental de quatro episódios analisa as acusações de agressão sexual feitas ao cantor e a relação deste com o irmão, **Aaron Carter,** falecido em 2022

FOTOS: **DIVULGAÇÃO**

Integrante da *boyband* Backstreet Boys, **Nick Carter** teve, assim como os restantes elementos da banda que foi um extraordinário caso de sucesso nos anos 1990, uma ascensão meteórica que o elevou ao estrelato mundial da música pop, com milhões de fãs em todos o mundo. Mas nem tudo é perfeito na vida do artista de 44 anos, e é isso que pode ver na nova série documental do canal ID (cuja estreia acontece a 2 de junho) "Fallen Idols", que dá conta de alegados comportamentos menos corretos de Nick Carter, agora revelados e analisados, e que, dizem alguns, acabaram por ser ofuscados pelo brilho da fama do artista. **Melissa Schuman,** Ashley Repp e Shannon "Shay" Ruth são as três mulheres no centro da polémica: acusam Nick Carter de agressão sexual. Os seus intensos testemunhos dão uma visão íntima das consequências emocionais que enfrentaram desde que decidiram falar publicamente. Mas esta série documental, cujo título completo é "Nick & Aaron Carter: Fallen Idols", vai mais longe e inclui uma disputa fraternal, já que a relação de Nick com a família, mas em particular com o irmão, **Aaron,** é também analisada. A união entre os dois foi quebrada depois de o *rapper* manifestar o seu apoio às mulheres que acusavam o membro dos Backstreet Boys, desencadeando uma disputa pública. Problemas psicológicos e o abuso de substâncias culminaram na morte de Aaron em 2022, mas os problemas continuaram para Nick, ele que, apesar de tudo, parece continuar a contar com o apoio da mulher, **Lauren Kitt,** com quem tem três filhos: **Odin,** de 7 anos, **Saoirse,** de 4, e **Pearl,** de 2. ■

"NICK & AARON CARTER: FALLEN IDOLS" • ID • ESTREIA: DOMINGO, 2 DE JUNHO • 22 H



KAYA JONES, "EX" DE NICK CARTER, TAMBÉM DÁ O SEU TESTEMUNHO



MELISSA SCHUMAN CHORA E DIZ: "TENHO MEDO DELE"



O artista com a mulher e os filhos

CACAU SEPARA-SE DE TIAGO DE VEZ

SIMONE ACEITA NOVO PLANO DE MARCO

O vilão vai à casa da mãe de Sal e apanha-a aos beijos com Rui, mas apressa-se a tranquilizá-los, dizendo-lhes que não vai fazer nada contra eles. Pelo contrário, tem uma proposta para Simone: quer que ela sirva de chamariz para conseguirem apanhar Cony. E está mesmo disposto a pagar-lhe por isso. Ainda que apreensiva, a ex-mulher de Justino aceita.





ANITA E SAL ASSUMEM ROUBO

As duas malvadas falam com Quim e Justino e revelam que fizeram um negócio: Anita recebeu dinheiro para passar as sementes de cacau poró a Sal. Ambos se mostram muito desiludidos com aquela atitude. Tanto uma como outra só conseguem pensar no que fizeram e decidem que têm de contar a verdade a Cacau.

Depois de Cony a manipular, a mestre chocolateira termina tudo com o amado e aceita voltar para os braços de Marco

FOTOS: TVI/DIVULGAÇÃO



Tiago não aceita as justificações de Cacau e fica muito revoltado

Maquiavélica, Cony telefona a Cacau e ameaça matar Tiago caso ela não volte para Marco. Em choque, a mestre chocolateira ouve o que a vilã lhe diz. Depois, desabafa com Guto e diz que não aguenta mais colocar em risco a vida de alguém. Por isso, não tem outra alternativa a não ser ceder à chantagem de Cony. Em seguida, telefona a Tiago e pede-lhe que vá ao seu encontro para conversarem. Mal chega, o rapaz percebe que algo se passa. **"Isto tudo que aconteceu mexeu muito comigo e... preciso de espaço. Por isso, acho que devemos acabar"**, anuncia Cacau. O filho de Júlia fica em choque com aquela sugestão. **"Sei que o apanho de surpresa, mas eu mesma não esperava nada do que aconteceu. Acho que isso fez com que as minhas prioridades mudassem"**, continua ela. Completamente chocado, o rapaz tenta percebê-la: **"Entendo que o que se passou foi muito forte e mexeu contigo, e acho normal que queiras estar mais focada na tua família, na plantação, mas isso não tem de implicar a nossa relação. Estou aqui para te ajudar, para estar do teu lado, para..."** Só que ela não o deixa terminar e pede-lhe que não torne tudo ainda mais difícil do que já está a ser. Tiago pergunta-lhe onde ficam os sentimentos que têm um pelo outro. A filha de Regina explica que só isso não chega. **"Não sei se estou a perceber bem o que me estás a querer dizer, mas, por acaso, passa-te pela cabeça voltar para o Marco, é isso?"**, pergunta. Envergonhada, a rapariga não lhe responde. Mas o amado percebe e afasta-se, incrédulo. **"Meu Deus. É mesmo isso que estás a querer fazer. Como és capaz? Depois de tudo o que planeámos?"** Cacau volta a justificar-se com a tragédia que acabou de acontecer, mas o filho de Salomão não aceita tal motivo. **"Não acredito nisso. Este incêndio não pode ter mexido tanto com a tua cabeça, nem com os teus sentimentos por mim. Ou, então, isso quer dizer que o que sentias por mim não era real!"**, queixa-se, zangado. Magoada, a mestre chocolateira mantém o plano e mente: **"Talvez não fosse. O que quer que lhe diga?"** O desportista acaba por ir embora, completamente atordoado. ■

REGINA DECLARA-SE A JUSTINO

Depois do funeral de Filó, Kenny e Pitty, a enfermeira conversa com o pai da sua filha e diz-lhe que quer ficar ao seu lado. Regina explica que se precipitou na decisão de achar que já não sentia nada por ele, quando isso não é verdade. Justino sorri com o que ouve e os dois beijam-se.





GUTO CONFIRMA CRIME DO PASSADO

O rapaz conversa com Cacau e conta-lhe que ele e Pitty trabalharam para Cony no passado. Por isso é que a irmã ateou o fogo na Bela Vista. Emocionado, ele pede-lhe perdão por aquela atitude. A amiga abraça-o, tranquilizando-o.

Depois de ver esta cena, Sara conta tudo ao jovem

RAFAEL DESCOBRE QUE É FILHO DE TERESA E MANUEL

Sara apanha o filho na cama com Rita e sente-se na obrigação de lhe revelar toda a verdade. O rapaz não aguenta a revolta e desaparece FOTOS: SIC/DIVULGAÇÃO

Após uma discussão sobre contarem a verdade a Rafael, algo que a irmã de Teresa não quer fazer, Sara sai, muito perturbada, quando percebe que se enganou no caminho até à saída e volta para trás. No quarto, Rita lembra Rafael que tinha dito que queria levar a relação com calma. O rapaz assegura que, se ela quiser, podem parar, mas que já passaram dessa fase. Rita beija-o, empurra-o para a cama e os dois começam a despir-se. No corredor, Sara fala ao telemóvel com Tiago e diz-lhe que não aguenta mais a pressão de Teresa. Entra no quarto e apanha o filho na cama com Rita. Este tenta sair, mas Sara manda-o ficar. A jovem sai. Rafael diz à mãe que escusa de lhe dar um sermão, mas esta interrompe-o e afirma que quer falar com ele sobre o seu pai biológico, revelando, em seguida, que essa pessoa é Manuel. O rapaz fica perplexo e quer saber mais, nomeadamente como conheceram o vaqueiro, mas Sara não consegue responder a todas as suas perguntas. Teresa regressa ao quarto e o jovem frisa que apenas quer que lhe digam a verdade. Rafael percebe que a tia também sabia e pergunta-lhe porque não lhe contou. Teresa afirma que não podia. Sara revela que, antes de ele nascer, ela e o pai perderam um bebé. Rafael fica em silêncio, mas a namorada de Alberto pede para falar e revela ao rapaz que é ela a sua verdadeira mãe. Este monta o *puzzle* na sua cabeça depois de Teresa dizer que o deu à irmã porque teve uma grande depressão pós-parto e que Manuel nem sabia que ela estava grávida. Rafael pergunta a Teresa se desistiu de si, mas esta responde que só queria que ele crescesse feliz. O rapaz fica muito desiludo por lhe terem mentido a vida toda. ■



O rapaz fica em choque ao perceber que a mãe e a tia o enganaram



MARIA APROXIMA-SE DE SAMUEL

A jovem sai do café com o amigo. Os dois passeiam e falam para se conhecerem melhor. De repente, Maria repara em Ismael e fica em pânico. Samuel tenta perceber o que se passa e acaba por abraçá-la. Em seguida, Maria conta a Samuel que foi atacada no porto por aquele rapaz. Ele afirma que pode ajudá-la a descrevê-lo à inspetora com quem falou. Maria fica agradecida e há um novo abraço entre eles.

LURDES CELEBRA CONQUISTA

A amiga de Maria regressa a casa muito cansada, mas feliz. Leonor fica apreensiva por Lurdes lhe contar que simularam uma situação de acidente, custando-lhe saber que a filha vai andar de um lado para o outro. A jovem responde que as viagens são seguras e abraça a mãe.





ARTUR DESCOBRE QUE DAVID O ENGANOU

Alberto tenta saber mais sobre a empresa de *catering* que o rapaz diz ter em Lisboa e descobre que tem contraordenações, dívidas e penhoras. Pergunta ao funcionário qual a dimensão do problema e fica expectante. Em seguida, vai ao gabinete de Artur e conta-lhe sobre as dívidas de David, revelando que a empresa foi um fracasso e que está à espera de saber os valores concretos das finanças. Artur percebe que David andou a mentir-lhes e fica irritado.

JOANA CONTA A JUDITE QUE O NAMORADO TEM UM FILHO

A ex-professora vai ao encontro da filha e esta revela-lhe que Rafael é filho do namorado e de Teresa. Nervosa, Joana admite que o que mais a preocupa mais é empresária, porque tem medo que o vaqueiro decida ficar com ela. Judite tenta acalmar a filha e diz-lhe que agora é ela que tem de aceitar a “bagagem” do namorado, tal como ele fez consigo.



JANTAR ATRIBULADO


Aida veste-se de forma muito *sexy* para receber Gabanna, para quem prepara tudo a preceito, o que deixa Tomé cheio de ciúmes

FOTOS: TVI/DIVULGAÇÃO


Ao contrário de Aida, Tomé está muito contrariado

Depois da atuação de Betinha na Toca, Aida convidou Gabanna para jantar lá em casa, mesmo contra a vontade de Tomé. O brasileiro aceitou e a mãe de Elisabete está a dar o seu melhor para que tudo saia na perfeição, sendo que o seu empenho vai muito além da refeição... Tomé chega com as coisas que foi buscar à mercearia e não gosta nada de ver a roupa que a mulher tem vestida, que é de grande sensualidade. Aida lembra que vão ter um jantar temático e que a indumentária faz parte. Tomé exige que ela mude de roupa, mas em vão. Nisto, o treinador adjunto chega com uma ramo de flores para oferecer à anfitriã. Ao contrário do marido, Aida está eufórica. Tomé bem tenta tapá-la, mas ela afasta-o, dirigindo-se a Gabanna, a quem insiste chamar *mister*, para fúria do marido. Aida puxa o brasileiro para a cozinha e Tomé segue-os, de cara fechada, voltando a tentar que a mulher fique menos *sexy*: tenta pôr-lhe um avental, mas ela recusa. Aida agradece ao seu convidado pelas flores e pede a Tomé para as pôr na água, mas este não quer deixá-los sozinhos. Já na mesa, Gabanna acha que é um exagero de comida. Enquanto isso, Aida começa a tentar dar a entender que sabe imenso sobre a cultura e as iguarias italianas, mas sai quase tudo ao lado, e o convidado percebe que se foi enfiar numa casa de malucos. O adjunto, que está divertido com as maluquices do casal, perde o sorriso quando Aida diz que fez piza com abacaxi, ficando também desgostoso quando chega a carbonara e percebe que a massa está cheia de natas. Gabanna fica incomodado, mas tenta disfarçar, não demorando muito a dizer que tem de ir embora. Aida revela que ainda tinha um tiramisu para a sobremesa, mas Tomé diz que o come sozinho. ■

CONVITE SURPREENDENTE

Lenita e Rufino procuram o psicólogo e afirmam que querem contratá-lo como... cantor para a Toca. Elisabete e Teixeira ficam estupefactos com o convite, com o psicólogo a frisar que foi apenas uma brincadeira e que não vai voltar a cantar. Lenita e Rufino insistem, mas Teixeira está decidido e pede-lhes que vão embora, pois precisa de trabalhar. Contudo, será que não fica a pensar no convite?



LOUIS VOLTA À BELA VIDA

Fernando está a ver Fábio a ensaiar com Vuitton quando tocam à campainha. O marido de São vai abrir a porta e fica radiante ao ver o filho, que abraça com muita força. Louis está de volta e a família, claro, não podia estar mais feliz. Já Fábio estranha a aparência dele. Louis diz que está mais ao menos a par das novidades, mas que quer saber mesmo de tudo o que se passou na sua ausência. Fábio continua muito admirado...







FRED DESCOBRE QUE AURORA NÃO ABORTOU

Aurora vai à casa de Paulo, depois de sentir que ele está a esconder-lhe alguma coisa. **"A Gabriela teve um acidente e está em risco de vida. Pronto, é isso que se passa"**, conta, deixando-a em choque. De repente, começam a ouvir murros de alguém a bater na porta. Paulo vai abrir. Fred entra como um furacão e confronta-o sobre o que aconteceu a Gabriela. **"Eu sei que tu e o Ângelo a enfiaram num carro e a levaram para o hospital!"**, afirma. Nesse instante, Aurora começa a sangrar do nariz, mas nenhum deles se apercebe, continuando a discutir. Nisto, a atriz desmaia e cai no chão. Ambos ficam em pânico. Paulo acusa Fred de ter provocado tudo aquilo. **"O que é que ela tem? Ela desmaiou de repente, não é normal"**, questiona o namorado de Vera, enquanto o rival lhe ordena que chame uma ambulância. Fred ainda sugere que a levem eles, mas o segurança acaba por explodir: **"Eh pá!, chama já a porra da ambulância! A Aurora está grávida, não há tempo!"** O gestor fica muito surpreendido. De repente, a filha de Júlio acorda e senta-se no sofá. Paulo limpa-lhe a zona do nariz e Fred oferece-lhe um copo com água e açúcar. **"Obrigada aos dois, está tudo bem. Já estou habituada a gerir estas quebras"**, diz ela. De imediato, o ex-namorado pergunta-lhe de quanto tempo está, dando conta que já sabe da verdade. **"Eu *flipei* com o teu desmaio, tive medo pelo bebé"**, justifica-se Paulo, enquanto o rival continua: **"Porque é que ele sabe que, afinal, vou ter um filho e eu não? Tu mentiste-me. Tu fizeste-me acreditar que o nosso bebé tinha morrido"**. Aurora começa novamente a sangrar do nariz e o segurança ordena ao gestor que saia dali. Mas ele não se cala. **"O que é que eu te fiz para me magoares tanto? Que mal é que te fiz, a ti e ao nosso filho, para me afastares desta maneira?"**, questiona Fred. A futura mamã está a sentir-se cada vez pior e desaba num pranto. **"Tu podes nunca me contar a verdade, mas vais ter de levar comigo. Esse bebé é tanto teu como meu!"**, avisa o gestor, saindo em seguida. ■

No meio de uma discussão, a atriz desmaia. Em pânico, Paulo conta a verdade ao gestor e deixa-o em choque

FOTOS: SIC/DIVULGAÇÃO



GABRIELA FICA EM COMA

Depois de um lutador a drogar, a dona da mercearia vai parar ao hospital em estado grave. Ângelo obriga Paulo a ir embora, sob pena de serem apanhados pela polícia. Entretanto, Fred consegue descobrir onde está a amiga e vai até à unidade de saúde. Lá, fica a saber que Gabriela está em coma induzido e que o seu quadro clínico é muito complicado.



MIGUEL DECIDE FAZER UMA CIRURGIA PLÁSTICA

Depois de os colegas da série descobrirem que a sua grande participação em Hollywood foi a fazer de morto, o ator desespera. Fora de si, anuncia a Silvina que vai fazer uma cirurgia plástica, mas a mulher diz-lhe que ele é perfeito e não precisa disso. Miguel ignora-a e faz uma chamada para encontrar um médico.

CHIARA VÊ FOTO DE DÉBORA

O empresário rasga a imagem que a filha encontrou dele com a mãe

FOTOS: SIC/DIVULGAÇÃO



Guerra anda cada vez mais desesperado com a possibilidade de todos descobrirem a verdade: que Chiara é a filha de Débora e Moretti. E as coisas ficam ainda mais complicadas para o empresário quando a influenciadora digital encontra, no meio das notas do livro que Ari está a desenvolver sobre a construtora, uma fotografia dele com... Débora. A jovem fica curiosa e tenta saber quem é a bela loira, longe de imaginar que é a sua mãe. Mais tarde, Lídia conta a Talita que Guerra, atordoado com a situação, rasgou a fotografia da antiga namorada que a herdeira descobriu, tentando, assim, evitar que Chiara tente obter mais informações sobre aquela mulher que para ela é desconhecida. Como se isto não bastasse, Guerra vai ser confrontado por Guida. A "ex" de Moretti procura o empresário para saber se ele tem ideia do paradeiro da filha que Débora teve antes de morrer no hospital. Guerra, claro, nega saber alguma coisa. ■



NÃO PERCA!

Oto e Brisa decidem apressar o casamento



GUILHERME É ABSOLVIDO

O filho de Dulce é declarado inocente, depois de ser acusado de exercer medicina de forma ilegal

FOTOS: SIC/DIVULGAÇÃO

O julgamento de Guilherme começa e o juiz declara que ele está a ser acusado do exercício ilegal de medicina e de falsificação de documentos. As testemunhas começam a ser ouvidas e o depoimento de Everton só piora tudo para o rapaz. Ao perceber a situação em que o amado está, Alice tem uma atitude inesperada: sai do tribunal e telefona à mãe, a quem pede ajuda. Enquanto Everton continua a fazer falsas declarações sobre Guilherme, Minerva entra na sala de audiências, juntamente com a filha, e pede para ser ouvida como testemunha. Diogo e Dulce ficam preocupados, mas, para surpresa de todos, Minerva alega que Guilherme é vítima de um plano malvado e acusa: **"O Everton é que *arrumou* os documentos falsos. Ele é que teve a ideia de colocar o Guilherme na direção do posto médico. Foi tudo um golpe desse vigarista e do meu marido, o prefeito!"** Resultado? O malvado é preso, já que é provada a sua culpa no caso, e o filho de Dulce declarado inocente. Assim que isso acontece, Alice, radiante, diz ao amado: **"Eu chamei a minha mãe, Guilherme, porque eu te amo! Faço tudo por você!"** ■

CRISTIANO E ABELHA CASAM-SE

Depois de Eliseu e Cleonice subirem ao altar, agora é a vez de Cristiano e Abelha dizerem o tão esperado "sim". Ao perceber que a amada vai ser fotografada sem roupa para a revista de Davi, o rapaz decide impedi-la declarando todo o seu amor. **"Vo-você não vai posar nua, Abe-belha. Vai se casar co-comigo. Já te-te pedi uma vez e desisti, mas agora é para valer. Acei-ceita?"**, pergunta. A cerimónia é marcada e os "pombinhos" trocam juras de amor eterno na igreja de Preciosa.



TERRA E PAIXÃO /SIC

ESTREIA a 3 de JUNHO, à tarde

A SAGA DE UMA GUERREIRA

Aline é guiada pelo amor e movida pelo desejo de justiça. Cruza-se com Caio e Daniel, irmãos e membros de uma família dividida pela ambição e muitos segredos

FOTOS: SIC/DIVULGAÇÃO



Está a chegar "Terra e Paixão", novela escrita por Walcyr Carrasco e que nos conta a história de Aline, uma mulher forte e cheia de sonhos que enfrenta o que for preciso pelo futuro da sua família. Depois do assassinato do marido, a professora é forçada a recomeçar do zero, tornando-se produtora agrícola sem nunca ter plantado uma semente na sua vida. Não tarda a que a vida de Aline se cruze com a de Caio e Daniel, dois irmãos que, ao perceberem a força e determinação desta mulher, se apaixonam perdidamente por ela, sem saberem que estão a gostar da mesma pessoa. Caio e Daniel estão no centro de uma disputa pela herança e sucessão de uma abastada família. Os dois são filhos do maior produtor rural de Nova Primavera, António La Selva (casado com a manipuladora Irene), e é com este homem poderoso que Aline vai ter duros confrontos para conseguir manter as suas terras. ■



António e Irene são os vilões de serviço

RENASCER /GLOBO





ATRAÇÕES PERIGOSAS





Guto tenta resistir às investidas de Ritinha, por recear Damião, mas o marido da jovem passa a ter um novo interesse quando Eliana chega à fazenda

FOTOS: GLOBO/DIVULGAÇÃO

A chegada de José Augusto à fazenda de Inocêncio mexeu com Ritinha, que não esconde a atração que sente pelo filho mais velho do patrão. Um certo dia, Guto, como é carinhosamente tratado, que está a viver um período bastante complicado, decide afogar as mágoas na bebida e vai até ao bar de Norberto. Ao chegar a casa, leva um raspanete do pai, que o manda tomar um banho para ver se lhe passa a bebedeira. Quando termina, e apenas com uma toalha enrolada à volta da cintura, dá de caras com a filha de Inácia, que está no seu quarto. **"Oi, Ritinha, quer me matar do coração?"**, diz ele, meio atrapalhado. **"Eu não vim lhe *matá* não, *dotô*, vim lhe *curá*"**, responde a jovem, insinuando-se. Os dois conversam brevemente e Ritinha afirma que parece que ele está a fugir de casa. **"Não é bem de casa que *tou* fugindo não, Ritinha"**, afirma o médico. Rita percebe a indireta e diz: **"Precisa ter medo não, *causa* que não mordo"**. José Augusto lembra-a de que Damião, o marido dela, é um homem perigoso. **"Mas só se você me faltar com o respeito."** Ainda assim, Guto vai fazer os possíveis por se manter afastado de Ritinha. O que os dois não imaginam é que o foco de Damião está prestes a mudar... Depois de passar a noite com José Venâncio, Eliana fica cheia de esperança de reatar o casamento, mas isso não acontece. Arrependido, o filho de Inocêncio conta a verdade a Buba e promete dedicar-se à relação deles. Eliana avisa que as coisas não vão ficar assim, faz as malas e ruma até à fazenda do sogro. Quando chega, é recebida por Damião. **"Quem é a moça?"**, pergunta ele. **"Eliana, nora do senhor José Inocêncio"**, responde ela, acrescentando que está ali para fazer uma surpresa ao fazendeiro. Enquanto ela sobe as escadas, Damião olha-a com desejo e diz para si mesmo: **"E essa diaba?!"** ■

ELECTRA VOLTA A SER PRESA

A irmã de Vénus cai no plano armado por Jéssica e Hans e acaba atrás das grades, tornando a passar pelo seu pior pesadelo

FOTOS: GLOBO/DIVULGAÇÃO

Hans, que quer tirar a prima da concorrência pela herança de Frida, e Jéssica, que quer voltar a separar a jovem e Luca, unem-se para a prejudicar, contratando duas mulheres para arranjarem confusão com Electra. E o plano resulta, com a dupla a fingir estar a ser atacada pela irmã de Vénus. Os registos dessa situação chegam à polícia, que vai até à casa a jovem. **"Por favor, Electra Mancini está?"**, pergunta um agente. **"Sou eu. Aconteceu alguma coisa?"**, responde a amada de Luca, preocupada. **"Preciso que você nos acompanhe até a delegacia"**, diz o polícia, deixando a jovem em pânico e sem perceber o que está a acontecer. Já perante o delegado, Electra percebe que terá de provar a sua inocência mais uma vez. **"Eu sei o que o senhor deve estar pensando, que eu tenho um histórico de violência, mas eu sou inocente, nunca tentei matar o Luca"**, afirma ela. **"Teve investigação, julgamento, todas as evidências estavam contra você e ainda insiste nessa conversa de que é inocente?"**, questiona o delegado, acusando a moça. Perante isto, Electra decide esperar que Murilo chegue para, então, continuar a falar. Quando o advogado aparece, ouve da boca do delegado aquilo que mais temia. **"Levando-se em consideração que a sua cliente está em liberdade condicional por um crime grave, e que uma infração criminal pode levar à perda desse benefício, decidi que ela ficará sob custódia até que o juiz competente avalie o caso"**, comunica ele, deixando Murilo incrédulo, tal como uma muito aflita Electra: **"O senhor está me prendendo, é isso?"** ■





DESCOBERTA TRANSFORMADORA

Depois de quase perder a vida, Zefa Leonel encontra uma pedra preciosa que vai mudar radicalmente a vida da sua família

FOTOS: GLOBO/DIVULGAÇÃO

Mulher persistente e determinada, Zefa Leonel sempre acreditou que ainda há turmalinas no interior da Gruta Azul. Após encontrar indícios da existência da pedra preciosa, a matriarca dos Leonel Limoeiro decide voltar ao local à procura dela. Tico Leonel tenta convencer a mulher a desistir de descer a Gruta Azul, lembrando-a de que, na última vez que o fez, quase morreu lá dentro. **"Aquela caverna é terra *rombuda*, Zefa Leonel! Não tem turmalina lá, nem paraíba, nem verde, nem preta, nem nada!"**, argumenta ele, preocupado. **"É o que a gente vai ver..."**, responde-lhe a mulher. Quinota aparece e também tenta fazer a mãe mudar de ideias, mas em vão. Zefa desce a gruta sozinha e começa a escavar. De repente, dá-se um desmoronamento que gera uma grande nuvem de poeira. Quinota e Tico ouvem o estrondo e ficam muito aflitos. **"Mãe!"**, grita a jovem, temendo o pior. Zefa perde os sentidos e desmaia, mas quando acorda tem uma agradável surpresa: assim que abre os olhos, vê o intenso brilho azul de uma turmalina paraíba. A sua felicidade é enorme, já que aquela pedra preciosa vai mudar a vida de toda a família. Esta descoberta vai, claro, atrair a atenção de muitos trapaceiros e interesseiros, daí que a matriarca dos Leonel Limoeiro peça ao padre Zezo que lhe guarde a turmalina até que ela consiga dinheiro para ir à capital e, então, tentar vendê-la. Mas alguém ouve este pedido... ■


O abraço do artista e do encenador Filipe La Féria



JOÃO BAIÃO é homenageado e tem o nome gravado na plateia do Teatro Politeama

"Não mandem mais teatros abaixo e este nome ficará sempre aqui"

O apresentador e ator, que já integrou várias peças de Filipe La Féria, está eternizado numa sala de espectáculos que tanto lhe diz

TEXTO: **NUNO PIRES** FOTOS: **DIVULGAÇÃO**





Feliz e emocionado, não conteve as lágrimas

Personalidade bastante acarinhada pela sua carreira na televisão e nos palcos, **João Baião** foi homenageado no final da 154ª representação do espectáculo "Laura – O Musical", a 22 de maio. O artista tem agora o seu nome afixado numa das cadeiras da plateia do Teatro Politeama, em Lisboa, onde se estreou com "Maldita Cocaína" (1993), tendo representado ainda em "De Afonso Henriques a Mário Soares" (1996), "A Rosa Tatuada" (1999), "Grande Revista à Portuguesa" (2013) e, ao lado de Marina Mota, "Eu Saio na Próxima, e Você?" (2018). Durante a homenagem que lhe foi feita, foi exibido um vídeo com algumas dessas peças que levou o artista às lágrimas. **"Tenho muitas saudades de tudo. Foram momentos vividos com muita intensidade e muito amor"**, confessou João Baião, de 60 anos, acrescentando: **"Nunca fiz nada para ganhar prémios ou para aparecer nas capas das revistas. Fiz porque gosto. Gosto de proporcionar emoções, alegrias. Não mandem mais teatros abaixo e – se não cometerem o mesmo crime que fizeram ao extinto** [Teatro] **Monumental –, este nome ficará sempre aqui. E, um dia, alguém se lembrará que** [o João Baião] **foi alguém". Filipe La Féria** elogiou a carreira do amigo. **"Tenho um grande amor por este homem porque é um ser humano e um ator de exceção"**, referiu o encenador e diretor artístico do Teatro Politeama. O nome de João Baião está agora ao lado de outros homenageados, como Marina Mota, Maria João Abreu, José Raposo, Eunice Muñoz, Ruy de Carvalho, Marcelo Rebelo de Sousa, Simone de Oliveira e Amália Rodrigues. ■

COMO ELES CRESCERAM!





PEDRO JORGE AINDA TEM O SONHO DE ABRIR UM RESTAURANTE

Os vencedores das duas primeiras temporadas de "MasterChef Júnior" e aquele que é um dos mais carismáticos participantes são agora adultos e seguiram percursos diferentes. A TvMais conversou com cada um deles e conta-lhe como estão hoje em dia

TEXTO: **TIAGO HENRIQUES** FOTOS: **ARQUIVO E DR**

Passaram-se sete e oito anos desde as duas primeiras temporadas do concurso de culinária na antena da TVI. Na hora do regresso de "MasterChef Júnior", agora na RTP1, a **TvMais** conversou com **Maria Manuel,** a primeira vencedora, e **Américo Nunes,** o segundo. Mas também com **Pedro Jorge,** um dos mais carismáticos participantes do programa, que ninguém esquece. Maria é agora atriz em Paris, na Disneyland, enquanto Américo está a terminar o curso de cozinha. Já Pedro Jorge dá *workshops* de culinária pelo País! ■

A CORRER O PAÍS COM SHOWCOOKINGS

PEDRO JORGE, 18 anos, está agora a terminar o 12º ano. Estuda ciências, mas ainda não decidiu ao certo o que seguir. **"No final vou refletir para determinar que curso vou tirar",** conta à **TvMais.** Mas o sonho continua o mesmo: **"Abrir um restaurante. É mesmo um grande desejo meu".** A verdade é que o ribatejano ainda hoje corre o País a dar *showcookings*: no sábado, 1 de junho, vai estar em Castelo Branco e, no dia 6, estará em Gouveia. E ninguém esquece o seu rosto. **"É incrível que, após oito anos, as pessoas continuam a reconhecer-me. Perguntam-me como está a escola, que curso ando a tirar e desejam sempre muitas felicidades. É muito giro receber esse carinho",** confessa. Pedro Jorge tem a vida com que sonhou e agradece a "MasterChef Júnior" as oportunidades que lhe deu. Na memória continuam, claro, muitos momentos felizes do programa. **"Os *chefs*, o tio Goucha, as provas de equipa, os locais onde gravava, ainda hoje passo nesses sítios e visualizo as provas",** remata Pedro Jorge.



MARIA MANUEL VIVE, ATUALMENTE, EM PARIS E TRABALHA COMO *PERFORMER* NA DISNEYLAND

UMA ESTRELA EM PARIS

MARIA MANUEL BERNARDINO tem hoje 20 anos. E a vida da menina que encantou os portugueses na primeira temporada de "MasterChef Júnior" tem, atualmente, muito pouco a ver com tachos e panelas. Nos tempos livres ainda vai cozinhando, mas agora luta por uma oportunidade naquela que é a sua grande paixão: a representação. Quando tinha 18 anos viveu em Madrid, onde estudou nessa área e fez várias curtas-metragens. 2024 chegou com a concretização de outro sonho enquanto atriz: é agora *performer* no parque Disneyland Paris. **"Dou vida a várias personagens da Disney. É uma aventura que está a correr superbem. Sei que estou a viver uma das fases mais felizes e marcantes da minha vida"**, começa por dizer-nos, acrescentando que tem aprendido bastante: **"A nível artístico, sou muito mais consciente da minha expressão e criatividade corporal, e tenho também aprendido a retirar sempre o melhor de cada pessoa e de mim também!"** Apesar de já terem passado oito anos desde que ganhou o programa, ainda hoje é reconhecida por vários portugueses. E em Paris tem ainda outro projeto. **"*Maria on tour*! É uma série sobre a minha vida, baseada aqui em Paris, que está a crescer e vai evoluir, futuramente, para outros formatos!"**, desvenda. Quanto a "MasterChef Júnior", a jovem recorda a **"sensação boa"** que existia durante as gravações. **"Foi, sem dúvida, a fase mais feliz da minha infância."**



AMÉRICO NUNES ESTÁ A TERMINAR O CURSO DE COZINHA E SONHA TRABALHAR NA ÁREA

NÃO LARGA A COZINHA!

AMÉRICO NUNES venceu a segunda temporada, em 2017, e desde então não larga a cozinha. Hoje, aos 18 anos, os estudos são exatamente nessa área. **"Estou a terminar o curso na Escola de Hotelaria e Turismo de Viana do Castelo"**, começa por contar em exclusivo à **TvMais**, acreditando que foi dos poucos concorrentes que decidiu apostar na formação: **"Sempre gostei bastante, mas há muitos colegas meus que, pelo que sei, não continuaram. Continuo muito feliz, mas ainda me falta bastante para chegar a *chef*. Tenho aprendido muitas coisas, estou agora a realizar a prova final do 12º ano"**. Na escola, são várias as vezes que recorda aventuras do concurso de culinária, até porque um dos seus professores é Rúben Silva, que venceu o "MasterChef" em 2019. **"Damo-nos muito bem, é um professor muito simpático e sempre disponível. Às vezes, recordamos momentos do programa também."** Curiosamente, o seu sonho continua a ser o mesmo que anunciava na altura. **"O meu grande desejo é ter um restaurante. Quero acabar a escola, trabalhar uns aninhos e depois abrir o meu restaurante em Ponte de Lima, na minha vila, porque sou muito ligado às origens"**, confidencia. De "MasterChef Júnior" guarda as melhores recordações.

ANA SOFIA CARDOSO,

feliz na gravidez mas com saudades da apresentação

A ENTRAR NA RETA FINAL

A pouco tempo de dar à luz uma menina, a jornalista prepara-se para fazer uma pausa da CNN Portugal e dedicar-se à família

TEXTO: **RUI PEDRO PEREIRA** FOTOS: **DIVULGAÇÃO**

A pivô **Ana Sofia Cardoso** deu início à apresentação da nova grelha da CNN Portugal, no dia 23 de maio, no hotel Pestana Palace, em Lisboa, naquela que terá sido uma das suas últimas aparições públicas antes de dar à luz. A jornalista, de 41 anos, está grávida, de oito meses, de uma menina, fruto da relação com o empresário Tiago Begonha. O casal já tem um filho, Lourenço, de 4 anos. **"Não vou fazer parte deste futuro mais imediato da CNN Portugal. Ainda não sei quando vou regressar, depende como me sentir, do que o canal quer"**, afirma Ana Sofia, acrescentando: **"Agora vou ver as notícias com a perspetiva do telespectador, mas acho que a CNN Portugal está a fazer um caminho muito importante na televisão em Portugal e que houve um *refresh*, uma nova forma de olharmos para o mundo e de dar as notícias".** Quanto ao final da gravidez, tranquilidade parece ser a palavra de ordem. **"Sinto-me bastante bem, mais cansada do que estava da primeira vez que estive grávida, mas, ainda assim, muito ativa. Estou feliz por conseguir fazer todas as coisas do meu dia a dia, porque sei que nem todas as grávidas conseguem ter a sua rotina diária."** Para Ana Sofia Cardoso, **"não há duas gravidezes iguais, como não há dois bebés iguais e não há uma família igual na primeira e na segunda gravidez".** A jornalista explica: **"Há muitas diferenças. Mas elas acabam por trazer alguma magia e um desafio sempre novo, que nos coloca à prova porque não é tudo igual. Por isso, há algo que nos surpreende e ao qual temos de nos adaptar. Isso cativa-me!"** ■



A jornalista diz-se feliz por se manter ativa no dia a dia

A pivô exibiu uma silhueta elegante na apresentação nas novidades da CNN Portugal

JOSÉ EDUARDO MONIZ conta como pôs a TVI a ganhar as audiências

OS SEGREDOS DA LIDERANÇA



O diretor-geral explica, em breves tópicos, como a estação de Queluz ultrapassou a SIC. Destaque para Cristina Ferreira e a novela "Cacau", entre outros

TEXTO: **RUI PEDRO PEREIRA** FOTO: **DIVULGAÇÃO**

Cinco anos depois de a SIC passar para a frente, a TVI volta a ganhar as audiências. **José Eduardo Moniz**, diretor-geral do canal, explica, por tópicos, os segredos da liderança da estação de Queluz de Baixo. **"Foi um trabalho de muita paciência, sabendo que as audiências não se mudam de um dia para o outro e confiando no modelo de programação que temos"**, diz à **TvMais**, para passar a explicar a mais-valia do que mudou na grelha da TVI. **"O 'Dois às 10' com a Cristina** [Ferreira] **e o Cláudio** [Ramos] **é muito forte. Logicamente que a presença dela nesse horário fortalece bastante a estação"**, defende o responsável, que não concorda que, depois da sua insistência durante alguns meses, a também diretora tenha mudado a sua ideia: **"Ela não está rendida às manhãs, mas reconhece o papel importante que tem para o crescimento da TVI e para as capacidades que estão a ser reconhecidas pelo auditório"**.

"A CRISTINA RECONHECE O PAPEL IMPORTANTE NO CRESCIMENTO"
JOSÉ EDUARDO MONIZ

SUBIDA AO ALMOÇO

Segue-se, de acordo com o diretor-geral, a importância de um outro horário. **"Temos uma subida consolidada do telejornal da hora de almoço. Está já a ganhar em muitos dias, quando antigamente havia um fosso enorme a separar-nos da nossa concorrência"**, continua Moniz. **"Ainda introduzimos 'A Sentença' na grelha, que faz uma excelente ponte para o resto da tarde"**, elogia, prosseguindo: **"Temos o 'Goucha' a funcionar bem, o 'Big Brother' está com enorme pujança e o 'Jornal Nacional' está, como à hora de almoço, com um crescimento muito acentuado, e também ganha em vários dias"**. Uma palavra, em seguida, para a novela líder de audiências no seu horário: **"A 'Cacau' é um grande sucesso, a 'Festa é Festa' cumpre e eu diria que o conjunto da programação está a responder bem às solicitações que foram propostas"**.

PERCURSO FANTÁSTICO

Em seguida, José Eduardo Moniz aborda a nova grelha da CNN Portugal, que foi apresentada no Pestana Palace, em Lisboa. **"Acima tudo, o que demonstramos é o percurso fantástico que a CNN Portugal fez ao longo destes dois anos e meio em que conseguimos reforçar a nossa posição de liderança de mercado e mostrar, ao mesmo tempo, que continuamos empenhados em mantê-la."** De acordo com o responsável pela Informação e Programação do 4º canal, **"houve um reajustamento das grelhas e a indicação de alguns comentadores novos que vamos ter e que são pessoas muito relevantes na sociedade portuguesa"**. As várias mudanças na grelha do canal encabeçado por Nuno Santos poderá significar uma reação à estreia do Now, da MediaLivre, no próximo dia 17 de junho? **"Não é uma resposta ao Now. Não me preocupo com os outros mas, sim, comigo. Quem faz as coisas por reação nunca é bem-sucedido, temos de pensar e confiar em nós, e os outros que se preocupem com eles... e connosco"**, refere José Eduardo Moniz, à despedida. ■

APRESENTADORA PREPARA NOVA VIDA

O NEGÓCIO SECRETO DE CRISTINA

Um *summit* com *influencers*, *coaches* e líderes nas mais diversas áreas. É esta a aposta da diretora de Entretenimento e Ficção da TVI para o arranque do próximo ano

TEXTO: ANA RITA SANTOS, FILOMENA ARAÚJO E RUI PEDRO PEREIRA
FOTOS: DIVULGAÇÃO E ARQUIVO

Janeiro de 2025. **Cristina Ferreira** já está de olhos postos no primeiro mês do ano que virá. Será nessa altura que o nosso país será palco de um *summit* inédito dedicado a todos aqueles que querem influenciar os outros. Esta cimeira pretende reunir os melhores *influencers*, *coaches* e líderes de diferentes esferas profissionais de todo o mundo. A apresentadora e diretora de Entretenimento e Ficção da TVI já está a trabalhar neste projeto, que acredita ser vencedor. **"Esta ideia surgiu-lhe quando começou a fazer as 'Cristina Talks'. Percebeu que era algo que ia cativar o público e que nunca se tinha feito"**, conta fonte próxima da estrela. Cristina apresentou a ideia à TVI, que apoiou de imediato a iniciativa. **"Muito provavelmente, os conteúdos que saírem do *summit* vão ter expressão na televisão e nos *sites* da Media Capital"**, explica. Cristina Ferreira quer levar ao palco da Meo Arena, onde o evento terá lugar, nomes mediáticos, entre eles alguns elementos do clã Kardashian, como Kim e Kylie Jenner. A novidade será comunicada na festa de verão da TVI.

FELIZ E MUITO APAIXONADA

Enquanto prepara secretamente este novo desafio, Cristina Ferreira dedica-se também às manhãs da TVI. Ainda que em diversas vezes tenha dito que não queria voltar a este horário, ao oferecer-se para fazer a baixa de maternidade de Maria Botelho Moniz, a apresentadora acabou por ficar num programa que lhe diz muito. **"Ela está mesmo muito feliz por estar a fazer o 'Dois às 10'. Não está nada chateada, nem a fazer um frete'"**, começa por contar fonte da estação de Queluz à **TvMais,** e acrescenta que gosta mesmo de fazer dupla com Cláudio Ramos. **"Eles criaram muita cumplicidade e uma boa dinâmica em 'O Programa da Cristina'. Apesar de ela ter ficado aborrecida quando ele trocou a SIC pela TVI."**

Mas o que a deixa mesmo feliz e lhe dá um brilho especial, inegável para quem a vê e ouve falar, é o namoro com **João Monteiro.** Facto comprovado pela equipa da **TvMais. "Ela está tão apaixonada que quer passar a maior parte do tempo com o João. Faz o 'Dois às 10' e depois tem tempo para poder namorar."** Esta fonte até brinca com a canção dos Onda Choque: **"Ela só quer, só pensa em namorar".**

Depois da separação de António Casinhas, com quem tem um filho em comum, Tiago, de 15 anos, Cristina Ferreira não assumiu qualquer relação, até conhecer o ex-tenista no outono passado nas galas de "Big Bother", onde ele marcava presença para apoiar o irmão, Francisco Monteiro, que se sagrou vencedor na noite da passagem de ano. Nessa altura, já a estrela da TVI e João namoravam e ele começou a fazer parte da vida dela, acompanhando-a a "Dois às 10", a levar e a buscar Tiago aos treinos de futebol, nos passeios pela Ericeira, jantares,


O CASAL PELA PRIMEIRA VEZ JUNTO NO ESTORIL OPEN

"Liderança não se constrói em meses"

A TVI voltou a liderar as audiências nos últimos meses e a apresentadora refere que esse trabalho não é de agora. **"A liderança não se constrói num mês nem em dois e a forma como a estamos construir engloba programas que vêm desde há quatro anos. Aquilo que conseguimos foi fazer um trabalho de consistência e de resistência, sabemos que era aquele o caminho de mudar algumas coisas, outras manter."** E dá exemplos: **"Temos os mesmos programas de sábado à tarde, outros de domingo, o mesmo nas manhãs durante a semana – estou em substituição da Maria porque a empresa quis que, nesta fase, eu o fizesse".** Sobre a profissional, a diretora ressalva: **"Ela faz excelentes resultados às sete da tarde com *Big Brother*, em que muitas vezes ganhamos num horário em que normalmente não o fazíamos contra *O Preço Certo*".** Em resumo: **"Conseguimos encaixar todas as peças do *puzzle* no sítio certo para chegarmos à liderança e espero que este ciclo se mantenha por muitos anos".**

Cristina Ferreira, a primeira referência

A apresentadora destronou Cristiano Ronaldo na liderança do *ranking* de figuras públicas com maior notoriedade espontânea. De acordo com a edição de 2024 do estudo "Figuras Públicas e Digital Influencers", da Marktest, Cristina foi a figura pública ou influenciador com maior notoriedade espontânea *top of mind* (cujo nome foi a primeira referência), com um registo de 14,4% de respostas. Cristiano Ronaldo, que no ano passado tinha liderado este *ranking*, surge na segunda posição, com 10,1%, ficando o pódio de notoriedade espontânea *top of mind* completo com o nome de Ana Garcia Martins ("A Pipoca Mais Doce"), com 4,4%. Na análise ao total de referências espontâneas feitas pelos inquiridos acerca das figuras públicas que reconhecem – independentemente da posição em que os nomes foram citados –, Cristina obteve também o melhor registo, com um total de 34,8% de referências.

escapadinhas cá e viagens ao estrangeiro. **"Fazem vida de casal, só não estão juntos quando o João tem de ir ao Porto tratar de compromissos ou quando viaja para estar em torneios de ténis, já que se mantém ligado à modalidade"**, algo que aconteceu no fim de semana de 25 e 26 de maio, já que Cristina marcou presença no famoso torneio Roland Garros, em Paris, ao lado do seu querido.

Outra fonte revela que um dos segredos do namoro é a troca de mimos. **"Ela mima-o muito e ele faz o mesmo. O João tem uma grande admiração pela Cristina, pela mulher que ela é, e tudo o que conseguiu num meio tão competitivo como é a TV. E de competitividade ele percebe"**, atira. A apresentadora também sente orgulho no namorado e quando foi ter com ele ao Open de Miami até escreveu *'o melhor treinador do mundo'* numa partilha. Esta fonte salienta que a boa relação entre Tiago e o namorado da mãe também tem ajudado a que o namoro esteja cada vez mais firme. **"O filho é o seu grande amor e tendo um namorado que se dá bem com ele foi muito importante. O Tiago e o João partilham a paixão pelo desporto, em especial pelo futebol, ainda que o Tiago seja benfiquista e o João portista."** E conclui: **"Está a viver um momento muito bom a nível pessoal. Ela precisava e merece isso"**. E nada parece abalar Cristina Ferreira nesta fase, mesmo quando é alvo das terríveis *fake news* (notícias falsas), como aconteceu recentemente quando apareceu uma montagem nas redes sociais que dava conta de que João Monteiro teria afirmado: *"Eu não gosto de ser chamado o namorado de Cristina Ferreira"*. Cristina esclarece a situação à **TvMais**: **"A exposição pública e o *bullying* acontecem na minha vida deste o primeiro dia"**. Quanto ao caso: **"Houve quem pensasse que era verdade, mas fui ao *site* da TVI perceber se a notícia estava lá ou não. A partir do momento em que a notícia não estava lá, há que perguntar, a quem de direito, o porquê daquilo existir e ver que é falso"**, nota. ■



"A MINHA EXPOSIÇÃO ACONTECE DESDE O PRIMEIRO DIA"
CRISTINA FERREIRA



No seu primeiro livro, o vencedor de “Big Brother 2024” faz revelações inéditas sobre a sua vida... e a do irmão e da cunhada



FRANCISCO MONTEIRO conta como reagiu à notícia do namoro do irmão e de CRISTINA FERREIRA

“PARECEU-ME A COISA MAIS NATURAL DO MUNDO”

Na sua obra “O Improvável – De Miúdo Rebelde a Vencedor”, o comentador de “Big Brother” conta como é que João Monteiro e a apresentadora lhe anunciaram o romance e fala pela primeira vez sobre o casal

TEXTO: **TIAGO HENRIQUES** FOTOS: **ARQUIVO**

Enquanto conquistava os espectadores nos ecrãs da TVI em “Big Brother 2023”, **Francisco Monteiro** estava longe de imaginar que, cá fora, o irmão **João Monteiro** começava a viver um intenso e escaldante romance com... **Cristina Ferreira**, a apresentadora do programa em que estava. Mas, depois de se sagrar vencedor, ficou a saber de tudo o que se estava a passar. E é no seu primeiro livro, intitulado “O Improvável – De Miúdo Rebelde a Vencedor”, que o nortenho fala pela primeira vez sobre este namoro. **“Nunca soube de nada ao longo do programa e não me esqueço da cara dos dois quando me contaram: estavam à espera de que eu ficasse em choque, mas, ao vê-los ali lado a lado pareceu-me a coisa mais natural do mundo”**, começa por descrever. E justifica: **“Quem os conhece bem e os vê juntos sabe do que estou a falar. Tudo faz sentido. E, além disso, depois de ter vivido tão intensamente nos últimos anos, de ter visto tanta coisa, de saber como vivem as pessoas mais poderosas do mundo, o que ainda me poderia surpreender? Praticamente nada. Eu relativizo tudo e dou a cada coisa a importância que tem. Nem mais, nem menos”**, atira. Por isso, não tem dúvidas de que esta experiência no *reality show* também foi boa para o irmão. **“Se não fosse o ‘Big Brother’, o João e a Cristina não se tinham apaixonado e não estariam a viver este amor tão bonito. Quando me inscrevi, nunca poderia imaginar que uma coisa destas pudesse acontecer, mas não podia ficar mais feliz por estas duas pessoas se terem encontrado”**, assegura. Aliás, a terminar esta parte do seu livro, Francisco Monteiro diz-se consciente de que a cunhada **“é das pessoas mais conhecidas e influentes deste país”. “Mas não me deixo deslumbrar por isso. Porque antes de qualquer outra coisa, ela é a namorada do meu irmão. É alguém de quem gosto muito e um ser humano como todos nós”**, finaliza. ■

LUCIANA ABREU vence mais uma guerra em tribunal

CONDENAÇÃO PARA YANNICK

A Justiça considerou como provado o crime de incumprimento do pagamento das pensões de alimentos das filhas menores do ex-casal, no processo movido pela estrela da SIC

TEXTO: **ANA ISABEL ALMEIDA** FOTOS: **JOÃO LEMOS E ARQUIVO**





O ex-futebolista faltou à leitura da sentença, na segunda-feira, dia 27 de maio. **Yannick Djaló**, de 38 anos, não esteve presente no Tribunal de Cascais, como aconteceu na primeira sessão do julgamento, a 16. A decisão da juíza responsável pelo processo foi favorável a **Luciana Abreu**, que instaurou este processo-crime contra o ex-companheiro, que não efetua nenhum pagamento referente às pensões de alimentos de Lyonce, de 12 anos, e Lyannii, de 11, desde 2016. Djaló foi condenado a pagar 45,879 euros e uma multa de 7 euros por dia ao tribunal, por um período que está por apurar. Ficam igualmente a seu cargo as custas judiciais e processuais, no valor de 204 euros. A magistrada deu como provado o crime de incumprimento das pensões de alimentos que está obrigado a pagar. **"Desde o acordo das responsabilidades parentais que as menores vivem com a assistente** [Luciana Abreu], **que tem suportado as despesas de alimentação, educação, saúde, vestuário e habitação"**, disse, em primeiro lugar. Esta condenação cinge-se ao período de incumprimento entre setembro de 2017 e junho de 2018, já que nesta fase Yannick teve um contrato de trabalho com a equipa de Setúbal, o Vitória Futebol Clube. **"Não é reconhecida nenhuma atividade remunerada ao arguido fora destas datas."** Por não ser possível apurar mais nenhuma fonte de rendimento em território português e o único imóvel que tem no seu nome estar sob quatro penhoras, a condenação apenas se pode aplicar nesta janela temporal. Após ter sido condenado pelo Tribunal de Família e Menores a pagar 250 mil euros, o ex-atleta vê agora a sua situação perante a Justiça agravar-se. Luciana, que é assistente e demandante das filhas no processo, pediu duas condenações. No entanto, a juíza decidiu condená-lo **"por um único crime, apesar de serem duas menores"**. À saída da audiência, a representante legal da artista, Marta Montez, revelou que iria aguardar que a sentença seja enviada por carta para, então, examinar e decidir com a sua cliente se vão recorrer da decisão da justiça. **"Vamos analisar"**, afirmou. A advogada explicou igualmente que o valor que Yannick está obrigado a pagar, após esta condenação, não acumula com os 225 mil euros que Luciana reclama desde 2016, e que o Tribunal de Menores e Família já havia sentenciado a seu favor. A estrela da SIC esteve acompanhada pela "mãe do coração", **Maria Odette Raposo,** e pela amiga **Micaela Medeiros.** À saída do tribunal não quis prestar declarações sobre o desfecho do processo. ■



Luciana chegou ao tribunal com Odette Raposo e Micaela Medeiros


Marcela e seguranças da sua empresa foram buscar Roger Basile ao aeroporto quando ele chegou a Portugal



Filho de Betty Grafstein está prestes a levar a mãe para longe de José Castelo Branco

VIAGEM MARCADA

A mulher do antigo *marchand* de arte deverá ter alta em breve e regressar a Nova Iorque, mesmo que o divórcio não esteja oficializado

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO** FOTOS: **ARQUIVO E DR**

Sem se despedir! É o que vai acontecer a **José Castelo Branco**, que não pode aproximar-se da sua ainda mulher por estar impedido pelo tribunal e também porque **Roger Basile**, o filho de **Betty Grafstein**, não iria permitir. **"Ele vai, finalmente, meter o Zé na ordem. Há muitos anos que ele desejava que a mãe terminasse o casamento"**, conta uma fonte, que privou com a norte-americana, à **TvMais**, acrescentando que a empresária **Marcela Fernandes** é **"o braço direito"** de Roger e que, inclusive, lhe terá recomendando os seus advogados para tratar do divórcio da mãe. Mas a ajuda desta mulher começou antes. **"Ela tem uma empresa de segurança. Nas imagens em que aparece ao lado do Roger, quando este chegou a Lisboa, os seguranças que o acompanham são da empresa dela"**, revela a mesma fonte. Contactada pela nossa revista, Marcela Fernandes recusou falar, encaminhando para Roger Basile todas as declarações sobre o assunto.

Uma outra fonte relata que foi a empresária quem ficou com Betty no hospital, quando esta veio de Nova Iorque para o batizado da neta de José Castelo Branco. **"Ele alegou que não podia ficar com a mulher por causa de um trabalho de publicidade que tinha agendado no Norte. Essa atitude não caiu bem à Marcela, além de que ela também se apercebeu de algumas atitudes mais bruscas por parte do Zé com a mulher."** Esta fonte revela que a relação de Marcela Fernandes e do "conde", como ficou conhecido durante a "Quinta das Celebridades", já tem algum anos. **"Era quem costumava arranjar algumas presenças do Zé em eventos. Ou seja, ela dava-lhe trabalho e ele até costumava chamar-lhe 'minha mana'. Agora eles já não se dão. Ao Castelo Branco só resta a Marluce** [ex-mulher de Carlos Cruz], **e parece que continua a viver na casa dela e o David Motta** [filho de Maria das Dores, a *socialite* que mandou matar o marido]".

GUILHERME VOLTA AO HOSPITAL

O filho de José Castelo Branco, Guilherme, visitou Betty no Hospital CUF Cascais e tudo terá corrido bem. **"Ela gosta muito dele"**, conta quem conhece a relação da joalheira com o enteado. Ao que nos dizem, Guilherme terá tentado visitar a mulher do pai uma segunda vez, mas sem sucesso. **"Pelo que sei, ele foi ao hospital com uma advogada. Mas já cá estava o Roger e foi-lhe negada a entrada."** Ainda segundo esta fonte, Guilherme está a passar um mau bocado: **"Ele gosta do pai e sempre tiveram uma boa relação. Quer ajudá-lo, mas sem alarido"**. Com a separação de Betty Grafstein, o "conde" está a passar por dificuldades financeiras. **"Antes, ele devolvia a roupa que comprava para a Betty e ficava com o dinheiro. Agora não tem roupa dela, nem as joias. Segundo me contaram, está a vender algumas malas de luxo e acessórios que tinha para pagar aos advogados e sobreviver"**, conclui a fonte. ■

Ministério Público da Relação **RECUSA PEDIDO DE IVO LUCAS** e dos outros arguidos no recurso



CONDENAÇÕES MANTÊM-SE

No entender do procurador, o ator tem de cumprir a pena suspensa de prisão de dois anos e quatro meses a que foi condenado

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTOS: **ARQUIVO**

O Ministério Público do Tribunal da Relação de Évora, em resposta ao recurso dos três arguidos condenados pelo Tribunal de Santarém pelo homicídio negligente de **Sara Carreira,** defende a manutenção das penas que lhes foram aplicadas na primeira instância. Quer isto dizer que, no entender do procurador, **Ivo Lucas** deve cumprir dois anos e quatro meses de pena suspensa de prisão, bem como a pena acessória de inibição de condução durante um ano. O ator e cantor que era, à data dos factos, namorado da filha de Tony Carreira, conheceu a sentença no dia 12 de janeiro, depois de uma batalha judicial que durou mais de dois anos. As condenações dos outros dois arguidos, a fadista Cristina Branco e o empresário Paulo Neves, também se devem manter inalteradas, de acordo com o Ministério Público (MP). Resta saber se os desembargadores da Relação de Évora partilharão da mesma opinião do MP. A decisão final deverá ser conhecida ainda antes das férias judiciais.

FOCADOS NO TRABALHO

O empenho e a dedicação aos projetos profissionais foram as boias de salvamento para os principais envolvidos neste caso, não só para os pais de Sara, Tony Carreira e Fernanda Antunes, mas também para os arguidos Ivo Lucas e Cristina Branco. O ator nunca parou de trabalhar e continua focado na sua carreira. De momento encontra-se a gravar a próxima novela da SIC, de nome provisório "Circo de Feras", um desafio que concilia com a sua atividade enquanto músico. A música tem sido, precisamente, o grande apoio de Cristina Branco desde o trágico dia 5 de dezembro de 2020, quando o acidente de viação que resultou na morte de Sara Carreira mudou para sempre a sua vida. A fadista lançou recentemente um álbum e tem a agenda de espectáculos cheia. ■

MANUEL LUÍS GOUCHA nega convite de Luís Montenegro



ELE NÃO QUER NADA COM POLÍTICA!

A estrela da TVI deseja é ter o primeiro-ministro no seu programa da tarde, de resto, está focado na TV, em particular na estreia, a 7 de julho, do novo programa: o "Dilema"

TEXTO: **FILOMENA ARAÚJO** FOTOS: **REDES SOCIAIS**

A carreira de apresentador continua a ser a única prioridade de **Manuel Luís Goucha** e assumir a presidência da Câmara Municipal de Sintra nunca foi uma possibilidade. **"Não recebi qualquer convite de Luís Montenegro"**, garante a estrela da TVI em exclusivo à **TvMais.** A notícia de que o comunicador teria sido convidado pelo próprio primeiro-ministro para liderar a autarquia de Sintra é desta forma desmentida por Goucha. **"Isso é especulação."** Se aceitava ou não o convite, no caso do mesmo lhe ser feito, atira: **"Não falo sobre uma coisa que não existe".** O contrário é que poderá acontecer, ou seja, Luís Montenegro sentar-se na cadeira de convidado do programa "Goucha". Mas tudo depende dos compromissos e da disponibilidade do político. **"Gostava que fosse ao meu programa, mas depende da agenda dele. Vamos deixar passar o tempo."** Recorde-se que o apresentador há muito tempo que assumiu ser do PSD e fez campanha pela Aliança Democrática, pela qual Montenegro dava a cara nas recentes eleições legislativas. E o líder do PSD acabou mesmo por ser eleito primeiro-ministro. Para já, a prioridade de Manuel Luís Goucha é o pequeno ecrã. E será esse o seu mundo nos próximos anos, como o comunicador já por diversas vezes assumiu. Neste momento, de resto, prepara-se para um novo desafio. É que, além do *talk-show* das tardes da TVI, tem novo desafio em Queluz de Baixo, o *reality show* "Dilema". A estreia acontece, sabe a nossa revista, a 7 de julho, uma vez que a TVI decidiu adiar em uma semana e "Big Brother 2024" vai ficar mais dias em antena. Este novo *reality show* vai ainda prolongar-se até ao final da primeira semana de setembro. Neste momento, segundo apurou a nossa revista, a lista com os nomes dos potenciais concorrentes está em cima da mesa de José Eduardo Moniz. O diretor-geral já deu o aval e, por esta altura, já começaram a ser feitos alguns convites. Tal como a nossa revista também lhe contou, as obras para o local onde vão pernoitar os habitantes já arrancaram. ■